MARIA DELEANU

# CARTE DE BUCATE

EDITURA TEHNICĂ

*Lucrarea de faţă cuprinde, în prima parte, diverse sfaturi privitoare la întreţinerea bucătăriei, prezentarea bucatelor la masă, etc.*

*În partea a doua, ea cuprinde 850 reţete culinare de diferite aperitive, supe, mîncări, torturi, prăjituri şi dulciuri, cum şi un capitol cu reţete de regim pentru bolnavii de diabet, de gastrită hipoacidă, de ficat, de inimă.*

*În partea a treia, lucrarea cuprinde o serie de liste de bucate indicate pentru fiecare lună a anului, cum şi pentru diverse sărbători.*

*Cartea se adresează gospodinelor de la oraşe şi sate cărora le este de un real folos în prepararea casnică a alimentelor.*

# PREFAȚĂ

Printre cele mai importante probleme pe care viața le-a pus în fața oricărei ființe, aceea a procurării şi pregătirii hranei a fost şi va rămîne pentru totdeauna de mare importanță.

O scurtă privire aruncată asupra dezvoltării istorice a omenirii ne va dezvălui cu uşurință faptul că, împreună cu uneltele de producție, modul de pregătire al hranei indică locul pe scara civilizației.

Pescuitul, domesticirea animalelor, dezvoltarea agriculturii au însemnat paşi deosebiți în decursul timpului, desemnînd gradul de civilizație la care s-a ajuns. Fiecare realizare tinde spre îmbunătățirea condițiilor de viață, în care componența şi pregătirea hranei joacă un rol deosebit. Nu este necesar să se demonstreze faptul că măsurile ce se iau pentru îmbunătățirea sistemului de hrănire rațională se răsfrîng în creşterea bunăstării, a forței, a longevității şi natalității popoarelor, favorizînd indici sociali ridicați.

Dezvoltarea ştiințelor medicale a pus în lumină consecințele la care poate duce o alimentație necorespunzătoare. Fiind foarte variată şi complexă, această problemă a permis introducerea unor capitole noi în medicină sub denumirea de boli de nutriție sau carențiale.

O gospodină pricepută trebuie să ştie tot ce este necesar pentru întocmirea unei bune alimentații, şi nu numai ceea ce a apucat să învețe de la părinți, fără a ține seama de progresele realizate şi de cunoştințele variate ce se cer astăzi la bucătărie.

Gastronomia are legile şi obiectivele ei, deci poate fi calificată ca o adevărată disciplină ştiințifică. Astăzi ar fi de neconceput, de exemplu, un spital care să nu aibă un medic şi surori specializate dieteticiene. Rolul pe care îl îndeplineşte o şcoală pentru aceştia trebuie să-l suplinească, pentru marea masă a gospodinelor, o carte de bucate, făcută pe baza celor mai noi cuceriri ştiințifice în acest domeniu.

Mai este însă un element care, cu toate că este minor din punct de vedere al calculelor în calorii, devine major în procesul de asimilare. Este vorba de gustul, mirosul şi aspectul sub care se prezintă alimentele. Digestia şi absorbția sînt funcții fiziologice care stau sub controlul sistemului nervos central al scoarței creierului, aşa cum a demonstrat Pavlov. Pentru declanşarea stimulării pozitive, este necesar un excitant extern, care este realizat prin condimente şi aspectul hranei. În schimbul de experiență ce are loc permanent între cei care se ocupă cu arta culinară, o carte de bucate care să generalizeze cele mai bune metode şi rețete reprezintă un aport prețios, o mare economie de timp şi un tezaur de experiențe. Cartea de față cuprinde şi un capitol ce se referă la alimentația dietetică în cîteva din cele mai răspîndite boli. Aceasta este un fapt pozitiv, întrucît în practica culinară se simte tot mai mult nevoia unor rețete de acest fel netratate pînă în prezent în manualele de specialitate.

Viața fiecărui organism, a fiecărui sistem celular în parte este strîns legată de aportul energetic pe care fiecare individ îl primeşte printr-o alimentație completă. Substanțele alimentare purtătoare de energie potențială se transformă în organism prin producerea de energie echivalentă cu cantitatea de căldură obținută prin arderea lor. Atît energia potențială cît şi metabolismul energetic se calculează în calorii, unități de măsură ce reprezintă cantitatea de căldură necesară pentru ridicarea temperaturii unui gram de apă cu un grad. Prin acest procedeu s-a constatat că:

1 g protide eliberează 4,1 calorii
1 g lipide eliberează 9,3 calorii
1 g glucide eliberează 4,1 calorii.

Pentru adult necesitatea calorică raportată la un kg greutate calculată timp de 24 de ore, cu aceleaşi condiții de viață, variază în funcție de muncă, anotimp, vîrstă, sex, etc.

Raportată la condițiile de viață şi de muncă, cantitatea aproximativă de calorii pentru un adult, în 24 de ore, şi pe greutate se poate calcula astfel: în repaos la pat – 25 calorii, pentru viața sedentară – 35 de calorii, pentru muncă uşoară – 40 de calorii, pentru muncă mijlocie – 50 de calorii şi pentru muncă grea 60-70 de calorii.

Valoarea nutritivă a alimentelor este determinată şi de conținutul în substanțe nutritive energetice, plastice şi catalitice care trebuie să se găsească în anumite proporții pentru realizarea unei rații echilibrate.

În alcătuirea unui regim alimentar complet trebuie avut în vedere că toate principiile alimentare (protide, glucide, lipide, vitamine, săruri minerale) sînt răspîndite în proporții variate în diferite alimente naturală de origine animală sau vegetală, predominînd fie substanțele energetice, fie cele plastice.

Desigur că nu trebuie neglijat nici faptul că un regim alimentar trebuie adaptat particularităților organismului, în funcție de felul muncii, de sex, de vîrstă, climat şi anotimp.

*Proteinele* sînt principii nutritive care fac parte din grupa alimentelor energetice, fiind elemente de bază ale substanței vii. Nu se poate concepe metabolism fără participarea lor deoarece se găsesc în cea mai mare proporție în protoplasma şi nucleul celulei vii.

Se găsesc în alimentele din regnul animal (carne, peşte, ouă, lapte şi produse lactate), cum şi în alimentele din regnul vegetal (legume uscate, paste făinoase etc.).

Pentru cerințele alimentare normale ale omulu sănătos în greutate de 70 de kg care efectuează o muncă moderată cu un necesar de aproximativ 3000 calorii, este nevoie de o cantitate minimă de 70-80 g proteine pe zi.

Necesarul minim de proteine este în funcție de modul de preparare al alimentelor (crude sau gătite), de proporțiile în care sînt amestecate cu grăsimi şi zaharuri, de concentrarea şi calitatea lor.

Un aport exagerat de proteine produce pe baza acțiunii dinamice o creştere a producției de căldură, excesul fiind utilizat în cea mai mare măsură în scop energetic şi în cea mai mică măsură reținut în organism ca proteine de rezervă.

*Hidrații de carbon sau zaharurile* sînt cei mai importanți factori energetici răspîndiți mai ales în regnul vegetal, care furnizează organismului circa 70% din energia necesară corpului uman.

Adultul trebuie să primească zilnic circa 400 g zaharuri, respectiv 75% din materia uscată a alimentelor.

În regnul vegetal, zaharurile se găsesc sub formă de celuloză şi amidon (boabele cerealelor conțin amidon, tuberculi de cartofi etc.). Se mai găsesc în fructe (mere, pere, struguri etc.) şi în legume (morcovi, sfeclă, dovlecei etc.).

În regnul animal se găsesc în organe şi țesuturi sub formă de glicogen, iar sub formă de glucoză în sînge şi organe. Ficatul şi inima sînt organele cele mai bogate în glicogen.

*Lipidele sau grăsimile* sînt principii nutritive necesare organismului prin aportul lor de acizi graşi indispensabili raţiei alimentare prin rolul lor fundamental energetic.

Cantitatea necesară de grăsime pentru o raţie normală este aproximativ 70-140 g pe zi, aproape 15-20% din aportul zilnic de calorii.

Grăsimile sînt de obicei de provenienţă animală: untul, frişca, smîntîna, seul, slănina, untura. Mai sînt folosite şi grăsimi din regnul vegetal: uleiul de floarea soarelui, ulei de rapiţă, de nucă, de măsline.

*Vitaminele* sînt compuşi organici indispensabili organismului a căror prezenţă în cantităţi minime este absolut necesară. Lipsa lor în alimentaţie produce tulburări caracteristice, tulburări numite avitaminoze. Participă la reglarea proceselor vitale ale organismelor vegetale intrînd în constituţia lor.

Vitaminele se împart în două mari categorii, după gradul lor de solubilitate (*hidrosolubile* – solubile în apă şi *liposolubile* – solubile în grăsimi).

Din grupul vitaminelor hidrosolubile fac parte : grupa vitaminei B, vitamina C şi vitamina P.

Din grupul vitaminelor liposolubile fac parte : vitamina A, D, E şi K.

*Vitaminele liposolubile.* Vitamina A sau antixeroftalmică nu este resorbită decît în prezenţa grăsimilor. În tulburări de resorbţie ale grăsimilor pot apărea semne de avitaminoză A.

Sursele principale de vitamina A în alimentaţie sînt untura de peşte şi ficatul. Se mai găseşte în alimente de origine animală, în lapte, unt, gălbenuş de ou etc. În regnul vegetal vitamina A este prezentă sub formă de provitamină (presubstanţă) în morcovi, mazăre, cartofi, spanac, roşii etc. Atît vitamina A cît şi provitamina ei nu se alterează prin fierbere, prin prepararea alimentelor sau prin afumatul peştelui. Prin conservarea alimentelor nu se aduce nici o modificare conţinutului de vitamină A.

Necesitatea zilnică de vitamină A este de 4000 U.I. Absenţa din alimentaţie a vitaminei A produce la adult leziuni de piele, tulburări de vedere sau digestive.

*Vitamina D sau antirahitică.* Prima vitamină cunoscută din grupul vitaminei D a fost vitamina $D_2$ (calciferolul) obţinută prin iradierea cu raze ultraviolete a provitaminei sale – ergosterolul.

*Vitamina C sau vitamina antiscorbutică* participă la procesele de oxido-reducere ale organismului. Dintre acțiunile sale cele mai importante sînt : acțiunea antihemoragică, antiinfecțioasă şi antitoxică.

Se găseşte în ficat, inimă muşchi, legume, zarzavaturi, fructe, citrice. Prin fierbere prelungită, se pierde aproape în întregime cantitatea de vitamină C.

Necesarul zilnic de vitamină C este de 50-100 mg. Lipsa ei din alimentație produce tulburări manifestate prin oboseală, lipsa de rezistență la infecții, carii dentare, hemoragii, dureri în gambe etc.

Substanțele minerale sînt absolut necesare organismului pentru menținerea funcțiilor vitale. Lipsa lor, ca şi a vitaminelor, produce diferite tulburări de nutriție şi creşteri metabolice.

Organismul conține aproximativ 5 kg substanțe minerale, cantitate care poate varia cu vîrsta individului.

Substanțele minerale îndeplinesc două roluri principale: rolul plastic structural, prin care se înțelege formarea noilor celule necesare organismului, şi rolul regulator capabil de a menține echilibrul acido-bazic şi presiunea osmotică.

Calciul şi fosforul din țesutul osos, clorul şi sodiul din umori (sînge şi limfă), fierul din hemoglobina globulelor roşii, potasiul din muşchi şi magneziul din elementele sistemului nervos sînt substanțe minerale indispensabile organismului.

Rația medie de calciu pe zi este de 1 g, cantitate absolut necesară bunei dezvoltări a sistemului osos, a dentiției şi a menținerii unei calcemii normale în sînge.

Sursele cele mai bogate în calciu le formează laptele şi derivatele lui (iaurt, smîntînă, frişcă, brînză), gălbenuşul de ou, legumele uscate, fructele şi pîinea neagră.

Absența prelungită a calciului din alimentație produce tulburări în osificare şi dentiție la copii în special, tulburări neuromusculare şi de digestie la adult.

Fosforul, element indispensabil vieții, are rol principal în diviziunea şi multiplicarea celulară, în calcifierea scheletului şi în menținerea echilibrului acido-bazic.

Rația zilnică de fosfor este de 1,5-2,5 g, cantitate care poate fi obținută printr-o alimentație bogată în lapte sau derivatele lui, carne, legume uscate, zarzavaturi, ouă.

Diminuarea fosforului în organism, printr-o alimentaţie neechilibrată, atrage după sine decalcifierea oaselor şi a dinţilor, tulburări nervoase şi digestive.

Clorul se găseşte în organism mai mult sub formă de cloruri de sodiu, în sînge, în lichidul cefalo-rahidian, piele, rinichi etc., în cantitate de aproximativ 120 g. Joacă un rol principal în reglarea presiunii osmotice şi în metabolismul apei.

Cantitatea necesară de clor este de 6-7,20 g în 24 de ore care poate fi procurată din alimentele de origine animală, lapte etc.

Un regim declorurat prelungit fără indicaţii majore poate produce tulburări digestive, lipsa poftei de mîncare, astenie, scăderea tensiunii arteriale etc.

Sodiul se găseşte în plasma sanguină, limfă, suc gastric, lichid cefalo-rahidian etc.

În organism îndeplineşte funcţia de regulator al echilibrului acido-bazic şi presiunii osmotice. Necesarul zilnic de sodiu este de 4-6 g, cantitate care este obţinută printr-o alimentaţie normală în care să fie cuprinsă şi clorura de sodiu (sarea de bucătărie).

Fierul se găseşte în organism în globulele roşii, sub formă de hemoglobină, iar în splină, ficat şi măduvă sub formă de depozit. Joacă un rol principal în procesele de oxidare şi respiraţie celulară.

În alimentaţie se găseşte atît în regnul vegetal (zarzavaturi, legume uscate, fructe uscate, cereale), cît şi în regnul animal mai ales în organe cum ar fi: splina, ficatul, rinichiul etc.

Fierul este necesar organismului în cantitate de 10-12 mg pe zi. Alimentaţia care nu poate oferi organismului această cantitate se reflectă asupra stării generale prin apariţia anemiilor grave, tulburări digestive, scăderea rezistenţei la infecţii etc.

Potasiul se găseşte sub formă de cloruri, bicarbonaţi şi fosfaţi în muşchi, globule roşii şi în plasma sanguină. În organism el menţine echilibrul acido-bazic, reglează activitatea muşchiului inimii şi a sistemului nervos. Nevoia zilnică de potasiu este de 2-3 g, cantitate ce se poate procura printr-o alimentaţie variată în care să fie incluse carnea sau peştele, laptele, legumele şi fructele.

Magneziul se găseşte în toate celulele organismului, în muşchi şi în oase. Prezenţa lui contribuie la micşorarea

excitabilității nervoase şi ajută la menținerea concentrației normale de calciu în oase.

Se găseşte în alimentele din regnul animal, în special în organe (ficat, rinichi, splină) şi mai puțin în alimentele din regnul vegetal.

După principala funcție pe care o îndeplineşte asupra celulei nervoase, alimentația săracă în magneziu va provoca tulburări ale sistemului nervos.

Din enumerarea succintă a principalelor substanțe minerale reiese clar că un regim alimentar echilibrat compus din alimente din regnul animal cît şi din regnul vegetal, organismul uman găseşte suficiente substanțe minerale care să-i asigure creşterea, dezvoltarea normală şi funcțiile vitale.

Pe lîngă vitamine şi substanțe minerale, un rol important în dezvoltarea funcțiilor vitale ale organimului îl are şi *apa,* suportul principal al tuturor schimburilor celulare, fiind transportorul tuturor elementelor nutritive. Apa este introdusă în organism fie prin alimente, fie ca atare, eliminarea ei făcîndu-se prin evaporare la nivelul glandelor sudoripare sau al plămînului, sau prin urină. În 24 de ore cantitatea necesară de apă este de 1000-1500 $cm^3$.

Am încercat pe scurt să inițiez pe cititori în problemele legate de o alimentație rațională. Precizez că în pregătirea hranei intervin două elemente: ştiința ce se poate căpăta prin citirea lucrării de față şi îndemînarea de a prepara. Acestea vor determina o masă bună, consistentă şi economică, vor ajuta la păstrarea echilibrului biologic deci a unor oameni sănătoşi, veseli şi fericiți.

# CÎTEVA CUVINTE PENTRU GOSPODINE

Această carte a fost scrisă în scopul de a veni în ajutorul tinerelor gospodine fără prea mare experiență.

Sînt prezentate rețete mai simple, mai complicate, mai scumpe şi mai ieftine.

Mai întîi să spunem cîteva cuvinte despre cele necesare la realizarea preparatelor cuprinse în carte.

**Bucătăria, vasele şi uneltele strict necesare pentru prepararea bucatelor – întreținerea lor.** Pentru buna gospodină întreținerea bucătăriei trebuie să constituie o problemă de prim ordin. În bucătărie trebuie să domnească curățenia şi ordinea desăvîrşită.

Pentru pregătirea bucatelor se întrebuințează diferite vase şi unelte, dintre care cele strict necesare sunt următoarele: cratițe, oale, tigăi (diferite mărimi), castroane, funduri de lemn, linguri de lemn, bătător de carne, făcăleț, planşetă pentru aluat, bătător de ou, piuliță, răzătoare, maşină de tocat carne, capace, lingură de spumă.

Este foarte bine ca după întrebuințare aceste vase să nu fie îngrămădite şi lăsatesă aştepte pentru a fi spălate împreună cu tacîmurile, farfuriile, paharele etc. care s-au folosit la masă. Se vor spăla, şterge şi aşeza la locul lor, în timpul lucrului, treptat, de îndată ce nu mai este nevoie de vasul sau unealta respectivă. Vasele se spală cu apă fierbinte şi puțină sodă, se freacă cu praf şi cînd este cazul cu sîrmă, se clătesc cu apă curată. Procedînd astfel se evită dezordinea în bucătărie şi o dată terminată pregătirea mesei, nu mai rămîne nimic murdar. După ce s-a servit masa nu rămîn de spălat decît farfuriile, vasele în care s-a servit mîncarea, tacîmurile şi paharele. Ele se spală cu apă fierbinte şi sodă, se clătesc cu apă curată şi se şterg.

Masa din bucătărie pe care s-a lucrat se spală cu apă fierbinte şi sodă, se freacă cu sîrmă sau cu peria, se clăteşte cu apă curată şi se şterge bine cu un ştergar uscat. Nu trebuie să se facă economie la apă caldă.

După terminare gătitului, maşina de gătit se curăţă şi se şterge bine. Podeaua se mătură sau se spală dacă este nevoie. Spălătorul de vase se spală cu apă caldă şi săpun. Chiuveta trebuie bine spălată şi frecată cu praf (tix, calcil etc.) Gunoiul care se strînge în timpul gătitului se scoate afară.

Nu este bine ca vasele şi tacîmurile să rămînă nespălate de pe o zi pe alta. A doua zi, resturile de sos şi grăsime sunt uscate, se spală mult mai greu, bucătăria prinde miros neplăcut, vara se adună muştele şi în scurt timp vor apărea gîndaci. Aceştia se înmulţesc foarte repede şi stîrpirea lor nu este tocmai uşoară.

În timpul preparării bucatelor, gospodina trebuie să poarte un halat alb, curat sau cel puţin un şort curat, iar în cap să poarte o bonetă sau să fie legată cu o băsmăluţă. Astfel se evită căderea vreunui fir de păr în mîncare şi în acelaşi timp nici părul nu prinde miros de mîncare.

Gospodina trebuie să-şi spele mîinile foarte des în timpul preparării bucatelor. După curăţirea zarzavaturilor şi fructelor se va spăla cu apă caldă, săpun şi piatră ponce, de asemenea înainte şi după pregătirea aluaturilor, înainte şi după spălarea, tăierea şi aranjarea cărnii pentru mîncările ce doreşte să le prepare etc. Este igienic şi în acelaşi timp contribuie la păstrarea mîinilor mai frumoase şi mai curate.

Trebuie să se ştie ce rol important are curăţenia în bucătărie, pentru că în mare parte temelia sănătăţii familiei se pune aici.

**Focul, timpul şi modul de frigere, coacere, fierbere la diferite preparate.** Cînd mîncarea începe să fiarbă, focul trebuie întreţinut potrivit, nici prea tare, nici prea slab. Mîncarea trebuie să fiarbă încet şi acoperită.

Toate mîncările cu sos sunt mai gustoase dacă le punem să scadă în cuptor 15–20 min.

Cînd pregătim o friptură de curcan, purcel, miel, gîscă, pulpă de porc, viţel sau berbec, în întregime, focul la început trebuie să fie mai mic, ca să patrundă căldura încet, apoi se întăreşte treptat focul, din ce în ce mai mult, pînă cînd friptura devine rumenă.

La fripturi mai mici facem de la început focul mai tare. Timpul necesar pentru frigerea unui pui este de 30–45 min., a unei rațe – o oră, a unei gîşte – o oră şi jumătate, iar al unui curcan, aproape două ore.

Sufleurile se dau la cuptor cu 30–35 min. înainte de a fi servite. Supa de carne trebuie să fiarbă foarte încet şi acoperit timp de 3 ore. Rasolul gustos şi moale se obține numai dacă este fiert la foc scăzut, în vas acoperit, 2½–3 ore. Unele gospodine cred că pot fierbe carnea repede la foc iute; este o greşeală, deoarece în acest caz carnea se moaie numai pe deasupra, în interior rămîne tare oricît ar mai fierbe.

Cînd o mîncare are prea multă zeamă şi trebuie să fie mai scăzută, după ce este pe jumătate gata, se lasă o parte din cratiță neacoperită.

Pîinea se coace la început la foc mic, iar după ce s-a ridicat bine, se potriveşte focul mai iute. La fel toate preparatele cu drojdie.

Tortele se coc la foc mic.

Cînd nu avem trebuință de cuptor, îl ținem deschis. Altfel maşina se strică repede.

# Diferite sfaturi

*Toate păsările,* cu excepția puiului mic, se taie cu o zi sau două înainte de a fi pregătite şi se țin la rece ca să fie mai fragede.

Pasărea tăiată se curăță de pene şi se pîrleşte la spirt, se scot intestinele şi măruntaiele, se îndepărtează guşa şi partea pe unde trece intestinul gros.

Se spală în cîteva ape, ținîndu-se apoi într-un vas mare cu apă rece timp de o oră.

Pasărea nu se va pîrli niciodată la foc obişnuit sau la foc de hîrtie, deoarece se înnegreşte. Dacă totuşi nu există posibilitatea de a fi pîrlită la foc de spirt, negreala se depărtează frecînd pasărea cu o mînă de mălai şi spălînd-o bine.

*Mîncările de pasăre* se pot pregăti cu unt, untură sau cu ulei, după dorință şi posibilitate. Totuşi, mîncarea de găină, pui etc., este mult mai gustoasă dacă se prepară numai cu unt.

*O supă limpede şi gustoasă* se obține punînd carnea la fiert în apă rece. Se spumează bine şi numai după aceea se adaugă zarzavatul. Sarea se pune după ce supa a fiert o oră.

*Ficatul* nu se sărează nici la fript nici la fiert, deoarece se întăreşte. Sarea se pune după ce este gata fript sau fiert.

*Rumenitul frumos* al cărnii, peştelui, cartofilor, se obține dacă le ştergem înainte de a le pune la prăjit cu un ştergar curat şi uscat.

*Pireul de cartofi* se obține bun, dacă se fierb cartofii curățați de coajă şi apoi striviți cu presa pentru cartofi, care se găseşte în magazinele cu articole de menaj. Cartofii dați prin maşina de carne se închid la culoare şi totodată capătă alt gust.

*Legumele* se fierb la foc mai iute. Apă se pune atît cît să le acopere şi puțin sărată, ca să-şi păstreze culoarea. Se recomandă a fi servite crude (salată verde, ridichi, varză albă, ceapă morcovi) cel puțin o dată pe zi.

*Roşiile se curăță de pieliță uşor* dacă le introducem în apă clocotită pentru o jumătate de minut. Se scot repede cu lingura de spumă şi se curăță.

*Castanele se fierb şi se curăță* uşor procedînd astfel: se crestează castanele cu un cuțitaş bine ascuțit, se pun la fiert în apă rece şi se lasă să clocotească cîteva minute. Se ia cratița de pe foc şi se lasă castanele în apă, luînd numai cîte una pentru a-i îndepărta coaja şi pielița. În acest timp cratița se ține pe marginea maşinii ca să nu se răcească castanele.

*Pireul de castane, mere coapte* etc. se obține trecînd prin sită castanele, merele etc. cît sînt calde.

*Laptele nefiert*, în compozițiile cu ou, se taie. În toate rețetele ce vor urma se întrebuințează numai lapte fiert.

La preparatele cu drojdie, iarna se pune drojdia în cantitate dublă. Ca să crească drojdia bine şi repede, amestecăm drojdia cu o linguriță de zahăr pînă ce devine lichidă ca o smîntînă, lăsăm 10 min. apoi preparăm maiaua.

*Mărul.* Cînd mărul trebuie curățat de coajă şi sîmburi, se scot întîi sîmburii şi căsuța, apoi se curăță de coajă. Procedînd altfel, mărul se poate sfărîma.

*Făina* care se întrebuințează la prepararea prăjiturilor, cozonacilor, tortelor, trebuie să fie de calitate bună, proaspăt cernută şi uscată.

*Ouăle*, indiferent pentru ce sunt întrebuințate, trebuie să fie proaspete, şi mai cu seamă cînd este nevoie de spumă de albuşuri. Ouăle de rață nu se întrebuințează la cozonaci, prăjituri, torte etc. Albuşul lor este greu şi gras şi niciodată

nu se obține spumă din el. Ouăle cu coaja crăpată se pot fierbe în apă foarte bine sărată.

*Bicarbonatul*, care se întrebuințează la prepararea dulciurilor, se dizolvă într-o linguriță de zeamă de lămîie sau, în lipsa acesteia, într-o linguriță de apă cu un pic de sare de lămîie. Procedînd astfel evităm ca mirosul de bicarbonat să se facă simțit. Este contraindicat ca mijloc de grăbire pentru fierberea cărnii, deoarece distruge vitaminele.

*Zahărul* pentru prepararea torturilor, cozonacilor, prăjiturilor, cremelor etc. este bine să fie pudră sau zahăr pisat şi cernut printr-o sită foarte deasă.

*Untul*, indiferent pentru ce se întrebuințează, trebuie să fie de calitate bună, proaspăt şi fără zer.

Cînd trebuie să fie frecat spumă, se tai untul în bucăți mai mici, se pun într-un castron, iar castronul se introduce cîteva minute într-un vas cu apă caldă ca să se înmoaie. Apoi se ia la frecat.

*Untul colorat* se prepară astfel: *unt verde*–o mînă de spanac opărit se dă prin sită, se pune într-o bucată de tifon şi se stoarce. Cu zeama obținută frecăm untul; *unt roz*– o bucățică de sfeclă se rade pe răzătoare măruntă, se stoarce prin tifon, iat zeama se freacă cu untul; *untul galben* se obține ca şi untul roz, înlocuind sfecla cu morcov; *unt negru* –dăm prin sită cîteva măsline rupte bucăți şi apoi frecăm cu unt.

*Mirodeniile* care se întrebuințează la prăjituri, cozonaci, torte, înghețate, creme jeleuri sunt: vanilia, coaja de lămîie, coaja de portocală, vanilina, scorțişoara, cuişoarele, nucşoara, anasonul, romul. Mirodeniile pentru cărnuri sunt: coriandrul, ienibaharul, foaia de dafin, chimionul, piperul, cimbrul şi usturoiul.

*Lămîia,* înainte de a fi tăiată felii pentru ceai, se opăreşte pentru a fi mai aromată.

*Pătrunjelul* pentru supă nu se toacă, ci se taie foarte subțire.

*Pătrunjelul şi mărarul verde* se recomandă să fie folosite la garnisitul mîncărilor. În afară de înfrumusețare, îmbogățim mîncarea cu vitamine.

*Apa de var* se obține stingînd ½ kg de var într-un vas curat cu 5 l apă. Se lasă pînă a doua zi. Varul se depune la fundul vasului, iar apa limpede, care se numeşte apa de var, se scurge încet în alt vas şi se întrebuințează după nevoie.

*Spanacul,* ca să-şi păstreze culoarean naturală verde, trebuie pus la fiert cu o cantitate mare de apă foarte fierbinte şi fiert descoperit.

*Păstrarea lămîilor*. Se pot păstra timp mai îndelungat proaspete dacă le aşezăm într-un borcan de sticlă sau de pămînt şi punem peste un rînd de lămîi un strat de nisip bine cernut prin sită şi uscat. Procedăm astfel pînă se umple borcanul, se leagă cu hîrtie celofan şi se păstrează la loc uscat şi rece.

*Păstrarea pîinii proaspete*. Se aşază pîinea într-o cutie de tablă cu capac care se închide bine, sau într-un vas mare de lut, acoperit cu un capac sau cu o farfurie.

*Fursecurile şi uscăţelele,* ca să fie mereu crocante, se păstrează într-o cutie de tablă cu capac, sau într-un borcan de sticlă bine legat cu celofan.

# Cum trebuie servite şi prezentate bucatele

Nu este suficient ca o mîncare să fie curat şi gustos preparată. Ea trebuie servită şi prezentată cît mai frumos.

Niciodată nu se va aduce la masă mîncarea în cratiţe sau în oale. Supele şi ciorbele se pun în castroane, iar mîncările şi fripturile, în farfurii întinse, platouri etc.

Masa pe care se mănîncă trebuie să fie acoperită cu o faţă de masă albă sau chiar colorată, însă întotdeauna perfect curată. Este foarte plăcut să vedem în mijlocul mesei un vas, cît de mic, cu flori.

Pentru fiecare persoană trebuie aşezate atîtea farfurii, cîte feluri de mîncare servim. Este neplăcut să mănînci mai multe feluri de mîncare din aceeaşi farfurie. Fiecare persoană trebuie să aibă aşezate în stînga furculiţa, în dreapta lingura şi cuţitul, înaintea farfuriilor linguriţa de desert şi paharul. Nu trebuie să lipsească şerveţelul de pînză sau de hîrtie. Ele se aşază pe farfurii.

Solniţa cu sare va fi controlată la fiecare masă, să fie plină şi netezită.

La masă trebuie să se mai pună o cană cu apă proaspătă, un coşuleţ cu pîine tăiată felii nu prea groase şi 2–3 linguri pentru servit.

Înainte de a servi masa, gospodina trebuie să controleze dacă nu lipseşte nimic din cele necesare, căci este foarte neplăcut să se ridice în timpul mesei pentru a le aduce.

După cum s-a mai spus, servirea mîncărilor în cratițe este nepermisă. Fripturile, rînduite în bucăți se așază pe farfurii întinse și se garnisesc cu puțină salată verde, sfeclă fiartă și tăiată frumos, rotogoale de ou răscopt; dacă avem aspic, se taie în bucățele pătrate sau lunguiețe etc.

Dacă la friptură se servesc cartofi prăjiți, pire sau o garnitură de legume, se așază în mijlocul farfuriei bucățile de friptură și de jur împrejur cartofii sau legumele, garnisind din loc în loc cu puțină salată verde, sfeclă, castraveciori acri tăiați frumos, felioare sau floricele din ridichi de lună etc. Totdeauna se va găsi la îndemînă ceva colorat care să dea un aspect frumos și atrăgător.

Pieptul de curcan se servește tăiat felii subțiri, rînduite pe farfurie și garnisite cu aspic tăiat, mere coapte etc.

Salata de boeuf se garnisește cu mazăre verde, pătrunjel verde, felii de castraveciori acri, gogoșari tăiați, măsline, morcov fiert. Se pot face diferite ornamentații.

Răciturile de pasăre și pește se garnisesc cu felii de lămîie.

Farfuria cu răcituri de porc se garnisește cu castraveciori acri, gogoșari în oțet sau hrean ras.

Peștele se garnisește cu felii de lămîie, pătrunjel verde și măsline.

Diferite paste (icre bătute, unturi, pateuri etc.) se așază pe farfurii sau pe platouri, întinse uniform și netezite frumos cu cuțitul. Se fac apoi diferite desene cu ajutorul furculiței, cuțitului sau al lingurii. De jur împrejur se pune o garnitură potrivită pastei: ou, măsline, aspic, salată verde, ridichi, castraveciori, gogoșari etc.

Ardeii, roșiile, dovleceii și cartofii umpluți, după ce se așază pe farfurie întinsă, se presară cu puțin mărar și pătrunjel verde tocat fin.

Sarmalele cu varză se rînduiesc în mijlocul farfuriei, iar de jur împrejurul lor se pune varza tocată care a fiert o dată cu sărmăluțele. Se garnisesc cu felii de roșii.

Torturile se glasează și se garnisesc cu fructe zaharate, fructe din dulceață scurse bine de sirop, nuci, migdale, alune pralinate, frișcă etc. Fructele se pot tăia în diferite forme din care se fac petale de flori și frunzișoare. Ca să obținem felii frumoase de tort, facem o tăietură cu ajutorul unui pahar în mijlocul tortului, apăsînd bine ca să se taie pînă la fund. Apoi cu un cuțit bine ascuțit tăiem feliile. Se servesc cu lopățica de tort.

Checul se taie în felii de grosimea unui deget şi se aşază în lungul unui platou, punînd feliile una peste alta, în formă de scară.

Prăjiturile se rînduiesc frumos una lîngă alta pe farfurii.

La o masă aranjată cu puţină atenţie şi cu mîncări garnisite aspectuos, pofta de mîncare creşte.

La masă se stă drept fără a avea totuşi o atitudine înţepenită pe scaunul nu prea depărtat de masă. Braţele trebuie să fie cît mai apropiate de corp, iar mîinile să rămînă liniştite de o parte şi de alta a farfuriei. Sînt nepermise frămîntarea cocoloaşelor de pîine, jocul cu tacîmul sau cu şervetul. Niciodată coatele nu trebuie sprijinite sau întinse pe masă, iar mîinile aşezate pe genunchi sau în buzunare. Se mănîncă nici prea repede, nici prea încet şi se mestecă totdeauna cu gura închisă.

Lingura se ţine în mîna dreaptă, supa sau ciorba se mănîncă fără a sorbi zgomotos şi fără a umple lingura. Farfuria nu se apleacă pentru a lua şi ultimul strop de pe fundul ei. După terminare lingura se aşază în farfurie cu partea convexă în jos.

Furculiţa se ţine cu mîna dreaptă atunci cînd felurile servite nu necesită să fie tăiate, în caz contrar se ţine în mîna stîngă, iar cuţitul în mîna dreaptă.

Bucăţile de carne din mîncări, friptura, şniţelul se taie fixîndu-le cu furculiţa şi tăind cu cuţitul cîte o bucăţică pe măsură ce mîncăm. Nu se încarcă furculiţa cu prea multă mîncare.

Pîrjoalele, rulada de carne, sarmalele, ardeii umpluţi, salata verde, peştele (atunci cînd nu există tacîm special), legumele fierte se mănîncă numai cu furculiţa, dacă bucăţile sînt mari se taie cu muchia furculiţei.

Icrele de peşte, salata de vinete, pateul de ficat nu se aşază cu furculiţa pe bucăţile de pîine ci se mănîncă luîndu-le cu vîrful furculiţei.

În general nimic nu se pune cu furculiţa pe pîine iar cuţitul nu se foloseşte niciodată pentru a-l duce la gură. Brînza se taie cu cuţitul şi se aşază pe o bucăţică de pîine.

Carnea de pe os (inclusiv cea de pasăre) se desprinde numai cu ajutorul furculiţei şi al cuţitului; niciodată nu se pune mîna pe os.

Prăjiturile, plăcintele, gogoşile şi fructele tari se mănîncă cu cuţitul şi furculiţa de desert, cremele, şarlotele, tortele cu linguriţa.

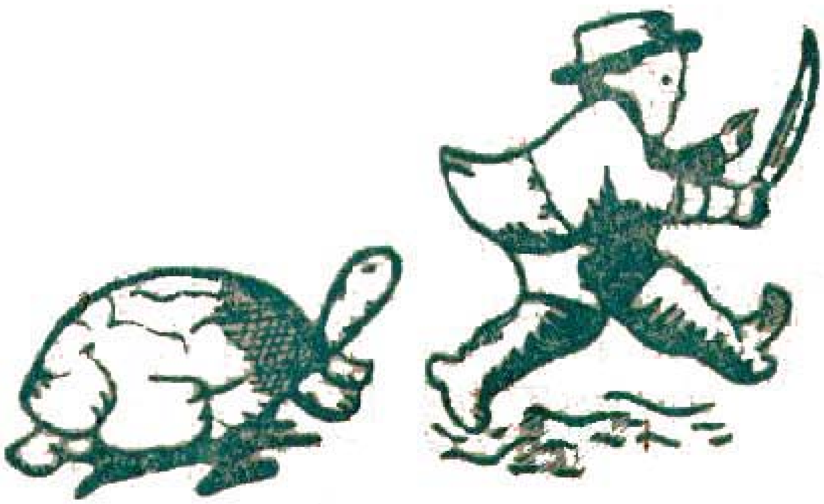
Pîinea se rupe cu mîna bucăţică cu bucăţică, nu se muşcă niciodată din felie (este admis numai în cazul tartinelor), nu se pun niciodată bucăţele de pîine în ceai, cafea cu lapte, supă sau direct cu mîna în sosul de mîncare, în cazul din urmă numai înfigînd-o în furculiţă.

Apa se bea cu sorbituri mici, niciodată dintr-odată pînă la fund lăsînd capul pe spate şi niciodată cu gura plină.

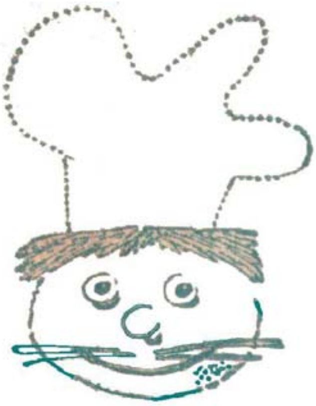
Ceaiul sau cafeaua cu lapte nu se amestecă zgomotos cu linguriţa. Zahărul se pune cu linguriţa sau cu cleştele (bucăţile de zahăr nu se iau niciodată cu mîna). Cînd zahărul este topit se scoate linguriţa din ceaşcă sau pahar şi se depune încet pe farfurioară.

În timpul mesei nu trebuie să se audă zgomot de tacîmuri sau farfurii, acestea după sau în timpul întrebuinţării se aşază încet.

Discuţiile se vor purta cu vocea scăzută, liniştit, fără să se gesticuleze, evitînd comentarea evenimentelor neplăcute de peste zi.



# MĂSURI



**Cantitățile indicate în rețetele cuprinse în carte sînt calculate pentru 6 persoane**

Nu toate gospodinele au la îndemînă un cîntar.

Pentru a le veni în ajutor, se arată mai jos cum se pot aprecia totuşi cantitativ cîteva alimente fără cîntar:

1 linguriță de ceai – cu apă, vin, lapte . . . . . . . . . . . . 4 – 5 g
1 linguriță de ceai – cu făină . . 8 – 9 g
1 linguriță de ceai – cu zahăr tos 12 g
1 lingură de supă – cu apă, vin, lapte . . . . . . . . . . . . 14 – 15 g
1 lingură de supă – cu făină, cu vîrf . . . . . . . . . . . . . 25 g
1 lingură de supă – cu făină, cu plină . . . . . . . . . . . . . 20 g
1 lingură de supă – cu făină, rasă . . . . . . . . . . . . . 15 g
1 lingură de supă – cu untură sau unt . . . . . . . . . . . . 25 g
1 lingură de supă – cu zahăr tos . . . . . 30 g
1 lingură de supă – cu zahăr pudră . . . . . . . . . . . . 25 g
1 pahar obişnuit de apă – cu apă, vin, lapte . . . . . . . . . 250 g
1 pahar obişnuit de apă – cu făină . . . . . . . . . . . . 125 g
1 pahar obişnuit de apă – cu zahăr tos . . . . . . . . . . . 200 g
1 pahar obişnuit de apă – cu zahăr pudră . . . . . . . . . . 160 g
1 pahar obişnuit de apă – cu ulei . . . . . . . . . . . . . 245 g




# Salate, aperitive, sosuri reci şi calde

## Salate

### 1 Salată de varză roşie

**1 varză roşie mijlocie, 2 linguri ulei, 2–3 linguri oțet, ½ linguriță zahăr, sare.**

Varza bine spălată se taie fin ca fideaua. Se amestecă cu sare şi se freacă cu mîna pînă ce se înmoaie. Se adaugă ulei, oțet şi zahăr. Se amestecă bine.

Alt mod de preparare: varza tocată se opăreşte cu apă clocotită şi se lasă să stea 10–15 min. Se scurge apa şi se amestecă varza cu uleiul, oțetul sarea şi zahărul.

Se serveşte la fripturi.

### 2 Salată de varză albă

**1 varză mijlocie, 2 linguri ulei, 2–3 linguri oțet, sare.**

Varza bine spălată se taie fin ca fideaua, se freacă cu sare pînă ce se înmoaie şi se stoarce cu mîna de zeama pe care o lasă. Se amestecă cu ulei, oțet şi sare (dacă mai are nevoie). Se serveşte la fripturi.

### 3 Salată de ridichi de lună

**3–4 legături de ridichi, 1 ou răscopt, 2–3 linguri smîntînă, sare.**

Se spală bine ridichile şi se taie rotogoale subțiri. Gălbenuşul de ou se dă prin sită şi se freacă cu smîntînă; se

toarnă peste ridichi. Se adaugă albuşul tăiat felioare subţiri, sare şi se amestecă bine.

## 4 Salată de ţelină cu mere

**2–3 ţeline, 2–3 mere, 2 linguri ulei, oţet (după gust), sare.**

Ţelina curăţată şi spălată se taie ca fideaua şi se amestecă merele curăţate şi tăiate felioare subţiri. Se adaugă uleiul, oţetul şi sarea.

## 5 Salată de fasole boabe

**250 g fasole boabe, 2 linguri ulei, 2–3 linguri oţet, 1 ceapă mare, sare, piper.**

Fasolea boabe, fiartă şi răcită (v. 63) se strecoară bine de apa în care a fiert şi se amestecă, cu ceapa tăiată peştişori; se adaugă uleiul, sarea, oţetul şi puţin piper.

## 6 Salată de ardei copţi I

**12 ardei graşi frumoşi, 2–3 linguri ulei, 1 lingură oţet, sare, câteva roşii.**

Se coc ardeii pe maşină întorcîndu–i pe toate părţile ca să nu se ardă prea tare şi nici să rămînă cruzi. Se aşază într–o cratiţă, se acoperă cu un ştergar curat, apoi cu un capac şi se lasă să stea astfel 20 min. Se curăţă de pieliţă încet, avînd grijă să nu se sfîşie carnea ardeilor, se aşază în salatieră, se adaugă sarea, uleiul, oţetul şi se garniseşte salata cu felii de roşii.

## 7 Salată de ardei copţi II

**Aceleaşi cantităţi ca la salata de ardei copţi I.**

După ce ardeii sînt copţi şi au stat acoperiţi, se curăţă şi se scot cotorul şi toate seminţele. Se taie fîşii late de 2–3 cm, se aşază în salatieră, se adaugă uleiul, oţetul şi sarea. Se garniseşte cu bucăţi de roşii fără seminţe.

## 8 Salată de ardei prăjiţi

**12 ardei, 5 cepe, 500 g roşii, 3 linguri ulei, sare.**

Se spală ardeii şi după ce li s–au scos cotoarele se taie în fîşii subţiri, ca tăiţeii. Se taie ceapa peştişori şi se prăjeşte în ulei pînă ce începe să se moaie. Se adaugă ardeii şi bulionul din ½ kg roşii, se potriveşte de sare şi se lasă să se prăjească la foc domol pînă cînd scade bulionul. Se serveşte rece.

## 9 Salată de gogoşari copţi

**6 gogoşari mari, 2–3 linguri ulei, 1 lingură oţet, sare.**

Se prepară întocmai ca salata de ardei copţi.

## 10 Salată de vinete

**2 vinete mari, 1 ceapă (după plac), 3–4 linguri ulei, un vîrf cuţit piper (facultativ), sare, ardei gras, roşii.**

Se coc vinetele, se curăţă cît sînt fierbinţi şi se lasă pe un fund de lemn să se scurgă bine. Se toacă cu tocătorul de lemn, se pune într–un castron şi se amestecă cu lingura de lemn, adăugînd uleiul puţin cîte puţin, pînă cînd se al–beşte şi devine spumoasă. Se adaugă ceapă tocată mărunt (după plac), piper şi sare. Se aşază în salatieră sau pe o farfurie şi se garniseşte cu felii de roşii şi rotogoale de ardei gras verde.

## 11 Salată de vinete prăjite

**2 vinete mari, 5–6 cepe, 5 linguri ulei, 750 g roşii, 5 ardei copţi curăţaţi şi tăiaţi felii, sare.**

Se coc vinetele, se curăţă fierbinţi şi se lasă să se scurgă pe un fund de lemn. În acest timp se fierb roşiile şi se trec prin strecurătoare, se coc ardeii, se curăţă şi se taie felii sub–ţiri ca tăiţeii. Se taie ceapa mărunt, se pune în ulei fier–binte şi se prăjeşte pînă ce se moaie, se adaugă vinetele tocate, ardeii tăiaţi, bulionul de roşii şi sarea. Se lasă să se pră–jească amestecînd mereu cu lingura, pînă ce scade bulionul. Se aranjează pe farfurie şi se serveşte rece.

## 12 Salată de vinete cu gogoşari

**2 vinete mari, 4 cepe, 3 linguri ulei, 500 g roşii, 4 ardei graşi, 4 gogoşari.**

Se prepară în acelaşi fel ca salata de vinete prăjite.

## 13 Salată de dovlecei I

**3 dovlecei, 1 ceapă (după plac), 3 linguri ulei, oţet (după gust), sare, piper, roşii, mărar.**

Se spală şi se curăţă dovleceii, se taie bucăţi şi se pun la fiert în apă sărată. După ce s–au muiat, se lasă să se scurgă şi să se răcească. Apoi se storc bine de apă, se toacă cu tocătorul de lemn, se pun într–un castron şi se bat cu ulei la fel ca salata de vinete. Se adaugă ceapa foarte mărunt tocată, piperul, sarea şi puţin oţet. Se aşază pe o farfurie şi se gar–niseşte cu felii de roşii peste care s–a presărat puţin mărar tocat.

**14** **Salată de dovlecei II**

**3–4 dovlecei, 1 lingură ulei, 1 lingură oțet, 2 căței de usturoi pisat (după plac), sare, puțin pătrunjel şi mărar.**

Dovleceii se spală, se curăță şi se taie bucăți potrivit de mari, apoi se fierb în apă sărată. Cînd sînt fierți, se scurg, se pun în salatieră, se toarnă uleiul, oțetul, usturoiul pisat şi amestecat la 2–3 linguri din apa în care au fiert dovleceii. Se garniseşte presărînd peste ei puțin pătrunjel şi mărar tocat.

**15** **Salată de praz**

**3–4 fire de praz, sare, 1 lingură ulei, 1 lingură oțet.**

Se spală prazul şi se taie rotogoale foarte fine. Se sărează şi se adaugă uleiul şi oțetul.

**16** **Salată de fasole verde**

**3–4 dovlecei, 1 lingură ulei, 1 lingură oțet, 2 căței de usturoi pisat (după plac), sare, puțin pătrunjel şi mărar.**

Dovleceii se spală, se curăță şi se taie bucăți potrivit de mari, apoi se fierb în apă sărată. Cînd sînt fierți, se scurg, se pun în salatieră, se toarnă uleiul, oțetul, usturoiul pisat şi amestecat cu 2–3 linguri din apa în care au fiert dovleceii. Se garniseşte presărînd peste ei puțin pătrunjel şi mărar tocat.

**17** **Salată de conopidă**

**1 conopidă mijlocie, 2 linguri ulei, 2 linguri oțet, sare.**

Se spală conopida, se desface în bucățele şi se fierbe în apă sărată. Se strecoară şi se aşază în salatieră. Se toarnă peste ea uleiul amestecat cu oțetul şi sarea.

**18** **Salată de cartofi I**

**500 g cartofi, 2 cepe, 1 castravecior acru, 1 ou fiert tare, 2–3 linguri ulei, oțet (după gust), sare.**

Se spală cartofii, se fierb, se curăță de coajă şi se lasă să se răcească. Se taie apoi felii subțiri şi se amestecă cu sarea, ceapa tăiată felii subțiri, rotogoale de castraveciori, uleiul şi oțetul. Se aşază în salatieră şi se garniseşte cu oul răscopt tăiat rotogoale (vara se pot adăuga şi cîteva felii de roşii).

**19** **Salată de cartofi II**

**400 g cartofi, 2 cepe, 1 scrumbie, 50 g măsline, 2 linguri ulei, 1 lingură oțet, sare (dacă este nevoie).**

Se spală cartofii, se fierb, se curăță de coajă şi se lasă să se răcească. Se taie apoi felii şi se amestecă cu scrumbia

curățată de oase, desărată şi tăiată felioare subțiri, cu măslinele, ceapa tăiată, uleiul şi oțetul.

## 20 Vinegretă I

**1 sfeclă roşie mică, 3–4 cartofi mari, 1 morcov, o mînă de mazăre sau fasole boabe, 1 castravecior acru, 2 ouă răscoapte, 1 ceapă, 3 linguri ulei, oțet (după gust), sare.**

Se fierb separat sfecla, cartofii, morcovii şi mazărea sau fasolea. Se lasă să se răcească. Cartofii, morcovul şi sfecla se taie felii subțiri şi se amestecă cu mazărea sau fasolea boabe, ceapa tăiată peştişori, ouăle răscoapte şi castravetele, tăiați rotogoale. Se adaugă sarea, uleiul şi oțetul. Se amestecă bine şi se lasă să stea aproape o oră ca să se pătrundă de ulei, oțet şi sare. Se aşază în salatieră.

## 21 Vinegretă II

**1 sfeclă roşie mică, 3–4 cartofi mari, 1 morcov, o mînă de mazăre sau fasole boabe, 1 castravecior acru, 1 ceapă, 1 scrumbie, 100 g măsline, 1 lingură ulei, oțet (după gust), sare (dacă este nevoie).**

Se prepară ca şi rețeta 20. Se ține scrumbia 5–6 ore în apă puțin călduță, cu burta despicată. Se scot toate oasele, se taie bucăți de lățimea degetului şi se adaugă la salată. Se aşază totul în salatieră şi se garniseşte cu măsline.

## 22 Salată de scrumbii sărate cu ceapă

**2 scrumbii mijlocii, 3 cepe mari, 100 g măsline, 2–3 linguri ulei, 2–3 linguri oțet.**

Se despică scrumbiile pe burtă, se scot icrele sau lapții şi se țin în apă puțin călduță timp de 5–6 ore. Se spală apoi în apă rece, se curăță de pieliță trăgînd–o de la cap la coadă, se scoate şira spinării cu toate oasele mari, se taie în bucăți late de două degete care se aranjează apoi una lîngă alta pe o farfurie lungă, astfel încît să dea impresia că scrumbiile sînt întregi.

Ceapa dinainte curățată şi ținută la apă rece se taie, cu un cuțit bine ascuțit, rotogoale cît se poate de subțiri. Se aşază rotogoalele în jurul peştelui, iar peste ele măslinele fără sîmburi.

Se stropeşte cu ulei şi oțet.

## 23 Salată de icre din scrumbii sărate

**Icre de la o scrumbie, 1 linguriță ceapă rasă, zeama de la o jumătate de lămîie (în lipsa lămîii, puțină sare de lămîie dizolvată într–o lingură de apă), miezul de la o felie de franzelă muiat în apă, ½ pahar ulei, 2 linguri sifon.**

Se zdrobesc icrele cu furculița într–un castron mic, se scoate pielița şi se amestecă cu miezul de pîine muiat şi bine stors. Se amestecă în acelaşi sens, adăugînd uleiul picătură cu picătură. După ce s–a pus tot uleiul, se adaugă ceapa rasă, zeama de lămîie, se amestecă, adăugînd la urmă sifonul.

Se garniseşte cu măsline fără sîmburi, tăiate în formă de floricică.

## 24 Salată de creier

**1 creier de vacă sau de vițel, zeamă de la ½ lămîie, 100 g ulei, sare, piper, cîteva măsline, pătrunjel.**

Se ține creierul în apă rece o oră, se curăță de pieliță şi se pune la fiert în apă caldă cu puțină sare. Se fierbe 15–20 minute, se lasă să se răcească şi se freacă cu o lingură de lemn, adăugînd uleiul picătură cu picătură pînă se pune tot. Se adaugă zeama de lămîie, sarea, piperul şi se garniseşte cu măsline fără sîmburi şi cîteva fire de pătrunjel verde.

## 25 Salată de boeuf

**4–5 cartofi, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 păstîrnac (facultativ), 1 țelină mare, o mînă de mazăre, 2 castraveciori acri, 250 g piept de găină sau carne macră de vacă, sare.**

**Maioneza: 1 gălbenuş răscopt, 3 gălbenuşuri crude, 250 g ulei, 1 lingură muştar, 1 lingură zeamă de lămîie.**

Cea mai bună salată de bœuf se obține fierbînd zarzavatul împreună cu carnea (supă). Cartofii şi zarzavatul fiert se taie cuburi mici. Tot astfel carnea şi castraveciorii. Se pun toate într–un castron, se adaugă mazărea. Se sărează şi se lasă să stea pînă ce se pregăteşte maioneza.

Un gălbenuş răscopt se dă prin sită, se pune într–un castron, se adaugă puțin ulei şi se freacă cu lingura, apoi se pune un gălbenuş crud şi se adaugă cîte puțin ulei, amestecînd fără întrerupere în acelaşi sens. Cînd începe să se îngroaşe, se mai adaugă un gălbenuş crud şi din nou cîte puțin ulei. Se procedează astfel pînă cînd s–au pus toate gălbenuşurile şi tot uleiul, apoi se adaugă muştarul, puțin cîte puțin şi amestecînd mereu, şi zeama de lămîie procedînd tot astfel.

Trei sferturi din maioneza pregătită se amestecă cu zarza–vatul şi carnea tăiate, se potriveşte de sare şi se aşază pe o farfurie sau un platou. Se netezeşte frumos cu cuţitul şi se îmbracă cu restul de maioneză. Se garniseşte cu cîteva măsline, cu albuş de ou fiert tare, cu felii de ou răscopt, cu gogoşari, pătrunjel verde etc., din care gospodina va face diferite desene şi flori, după gustul şi priceperea sa.

## 26 Salată „Sănătatea“

**2 castraveţi verzi, 2 mere mari, 2 morcovi mijlocii, 2 roşii, un miez de salată verde mare, zeama de la ½ lămîie, 2 linguri ulei, sare.**

Castraveţii şi merele se curăţă de coajă şi se taie felii foarte subţiri. Morcovii se spală, se curăţă şi se dau pe răzătoarea de zarzavat. Miezul de salată verde se spală şi se taie bucăţi mici.

Toate acestea se amestecă cu sare, zeamă de lămîie şi ulei, se aşază în salatieră şi se garnisesc cu felii de roşii.

## 27 Salată „Primăvara“

**5–6 buchete salată verde, 2 legături ridichi de lună, 1 legătură morcovi, 4 cartofi mari, 3 ouă răscoapte, 2 legături ceapă verde, 1 pahar smîntînă, ½ linguriţă zahăr pudră, 1 lingură zeamă de lămîie sau oţet, sare.**

Se spală salata, se taie, se aşază în salatieră, se adaugă morcovii, ridichile şi cartofii fierţi, totul tăiat felii subţiri, ceapa spălată şi tăiată şi ouăle răscoapte tăiate felii rotunde. Smîntîna se amestecă cu zeama de lămîie, zahărul şi sarea. Cu cinci minute înainte de a fi servită la masă, se amestecă legumele cu sosul de smîntînă.

Această salată se poate prepara cu maioneză în loc de sos de smîntînă. În acest caz la salată se pun numai două ouă răscoapte tăiate felii, iar din alte două se face maioneza.

## 28 Salată „Vitamina“

**1 morcov, 1 ţelină mijlocie, 2 castraveciori verzi, 1 măr mare, 3 roşii frumoase, 5–6 prune coapte (sau 2–3 linguri de vişine fără sîmburi), ½ pahar smîntînă bună, ½ lămîie (zeamă), 1 linguriţă zahăr pudră, sare.**

Se curăţă morcovul şi ţelina, se taie ca tăiţeii, se aşază în salatieră, se adaugă castraveţii tăiaţi felii subţiri, un măr tăiat felii subţiri, roşiile curăţate de pieliţă şi seminţe şi

tăiate felii, prunele spălate şi tăiate felii sau vişinele fără sîmburi.
Se amestecă totul cu smîntîna în care s–a adăugat zeama de lămîie, zahărul şi sarea, cu cîteva minute înainte de a fi servită.

# Aperitive

## 29 Ouă umplute

**6 ouă, 60 g unt, 1 linguriță pătrunjel tocat foarte fin, sare, piper, salată verde.**

Se fierb ouăle tari, se curăță şi se taie în două pe lung după ce s–au răcit. Se scot încet gălbenuşurile, astfel ca să nu se rupă albuşul, se pun într–un castron şi se freacă bine cu untul. Se adaugă pătrunjel, sarea şi piperul şi se umple fiecare albuş cu pasta obținută. Se presară peste fiecare puțin pătrunjel tocat, şi se aşază pe o farfurie, peste un strat de salată verde tocată.

## 30 Ouă umplute cu muştar

**6 ouă, 2 linguri ulei, 1 lingură muştar, 1 lingură mărar tocat, 1 praf de zahăr, sare 6 măsline.**

Se fierb ouăle tari, se curăță şi, după ce s–au răcit, se taie în două pe lung. Se scot gălbenuşurile şi se freacă adăugînd uleiul puțin cîte puțin, apoi sarea, zahărul, muştarul şi mărarul tocat. Se umple fiecare jumătate de albuş cu această pastă şi se garniseşte cu cîte o jumătate de măslină.

## 31 Ouă umplute cu muştar

**6 ouă, 2 linguri ulei, 1 lingură muştar, 1 lingură mărar tocat, 1 praf de zahăr, sare 6 măsline.**

Se fierb ouăle tari, se curăță şi se lasă să se răcească. Se taie în două pe lat, se scot gălbenuşurile, se pun într–un castron şi se freacă cu untul şi smîntîna. Se adaugă sarea şi piperul.
Se umple fiecare jumătate de ou şi se aşază cu umplutura în jos pe o farfurie pe care s–a turnat maioneza. Peste fie–care ou se aşază cîte o bucățică de gogoşar sau cîte o bucățică de măslină, tăiate în formă de floricică. Marginea farfuriei se îmbracă, cu salată verde tăiată fin (ca tăițeii).

## 32 Ouă umplute cu brînză

**6 ouă, 1 gălbenuş crud, 2 linguri unt, 2 linguri brînză rasă (brînză de oaie), 1 linguriță mărar tocat, sare, mărar.**

Se fierb ouăle tari, se lasă să se răcească, se curăță de coajă şi se taie în două în lungime. Se scot gălbenuşurile, se pun într–un castron, se freacă bine cu untul, adăugînd şi un gălbenuş crud, brînza şi sarea. Cu această pastă se umplu jumătățile de albuş, se presară cu mărar tocat şi se aşază pe farfurie; marginile farfuriei se garnisesc cu crenguțe de mărar.

## 33 Ouă umplute cu sos de smîntînă I

**12 felii franzeluță cu lapte, puțină untură, 6 ouă, 2 linguri nu prea pline cu smîntînă, 1 lingură unt, 1 ceapă mică, sare, piper.**

**Sosul: 1 lingură făină, 1 lingură unt, 1 pahar zeamă de carne sau supă, 2 gălbenuşuri, 1 lingură mărar tocat, 2 linguri lapte, sare.**

Se fierb ouăle tari, se lasă să se răcească, se curăță de coajă şi se taie în două pe lung. Se scot gălbenuşurile, se pun într–un castron, se zdrobesc şi se freacă cu ceapa prăjită (fără să fie rumenită) într–o lingură de unt. Se lasă să se răcească (dacă ceapa a fost pusă fierbinte), se adaugă smîn–tîna, sarea şi piperul. Jumătățile de ou se umplu cu această pastă.

Fiecare felie de franzeluță se prăjeşte în untură, apoi se scoate miezul, astfel încît să se formeze nişte covrigei.

Fiecare jumătate de ou umplut se pune în locul miezului scobit şi se aşază astfel pe farfurie turnînd deasupra sosul fierbinte.

*Sosul*. Se prăjeşte foarte puțin untul cu făina, se stinge cu zeama de carne şi se lasă să fiarbă 5 min. Se ia de la foc şi se adaugă gălbenuşurile, amestecînd cu lingura, apoi laptele mărarul şi sarea.

## 34 Ouă umplute cu sos de smîntînă II

**6 ouă, 1 gălbenuş crud, miezul de la o felie de franzelă muiat în lapte, 1 linguriță unt, 1 ceapă tocată mărunt şi rumenită în unt, mărar şi păătrunjel verde tocate mărunt, sare, piper, 1 lingură pesmet, salată verde.**

**Sosul: 1 ceaşcă smîntînă, 1 linguriță făină.**

Se fierb ouăle, se lasă să se răcească, apoi se curăță de coajă se taie în două pe lung şi se scot cu băgare de seamă gălbe–nuşurile. Acestea se pun într–un castron şi se freacă cu untul, gălbenuşul crud, miezul de pîine, pătrunjelul şi mărarul. La sfîrşit se adaugă ceapa, sarea şi piperul.

Cu această compoziție se umplu albuşurile astfel încît să dea forma unui ou întreg. Se tăvălesc în pesmet şi se prăjesc cu unt. După ce sînt prăjite, se aşază într–o cratiță şi se toarnă peste ele smîntîna bine amestecată cu făina. Se lasă să fiarbă încet pe marginea maşinii.
Se servesc calde, pe o farfurie garnisită cu salată verde.

## 35 Ouă umplute cu pastă de peşte

**6 ouă, 1 linguriță muştar, 1 lingură ulei, pastă de peşte (canti–tatea după gust), 6 măsline, salată verde.**

Se fierb ouăle tari, se lasă să se răcească, se curăță şi se taie în două în lungime. Se scot gălbenuşurile şi se freacă într–un castron cu uleiul turnat picătură cu picătură. Se adaugă pasta de peşte, se amestecă, apoi muştarul. Se umplu ouăle şi se aşază pe o farfurie. Pe fiecare jumătate de ou se pune o jumătate de măslină tăiată în formă de floricică. Farfuria se garniseşte cu cîteva foi de miez galben de salată.

## 36 Pîine mozaic

**150 g unt, 125 g sardele de Lisa (sau în lipsă, heringi), 150 g şuncă slabă, 100 g şvaițer (sau caşcaval), 10 măsline, ½ gogoşar în oțet, 1 franzeluță cu lapte, ½ ceşcuță lapte.**

Se dau prin maşina de tocat sardelele, 50 g şuncă şi o bucată de miez de franzeluță de mărimea unui ou muiat în lapte. Se amestecă totul cu untul frecat spumă şi se freacă pînă se obține o pastă omogenă.
Se taie cuburi mici, 100 g şuncă, şvaițerul sau caşcavalul, măslinele şi gogoşarul şi se amestecă totul bine cu pasta pre–gătită. Se dă la rece.
În acest timp se taie colțurile frnazeluței şi se scobeşte de miez în aşa fel ca să nu rămînă mai mult de 1 cm de miez în jurul cojii. Golul franzeluței se umple cu pasta răcită, se îndeasă cu ajutorul unei lingurițe.
Se lasă la rece şi se serveşte tăiată cu un cuțit foarte bine ascuțit, în felii subțiri de 1 cm.
Este bine să fie pregătită cu o zi înainte de a se servi.

## 37 Roşii umplute cu brînză

**500 g brînză d vacă, 100 g unt, 1 lingură mărar tocat, roşii tari şi frumoase, sare.**

Brînza de vacă, bine stoarsă de zer, se freacă cu untul şi sarea. Se aleg roşii tari şi rotunde, se taie un capac şi se

scobesc de toată sămînța. Se umplu cu brînza frecată cu untul, se presară cu puțin mărar tocat şi se țin la rece.
Tot astfel se pot umple roşii cu urdă sau caş dulce. La urdă se adaugă mai mult mărar tocat.

## 38 Roşii umplute cu zarzavat

**3 cartofi fierți, 2 morcovi, 1 păstîrnac, 1 țelină, 2–3 linguri mazăre (facultativ), 1 ceapă tocată, maioneză, roşii, sare, salată verde.**

Se fierbe tot zarzavatul. Se poate întrebuința zarzavatul fiert în supă. Se fierb şi cartofii, se lasă să se răcească. Apoi totul se taie cuburi cît se poate de mici, se amestecă cu ceapa tocată şi cu sarea şi se lasă să stea într–un castron pînă se pregăteşte maioneza.
Se prepară maioneza (v. 74), se amestecă cu zarzavatul şi se umplu roşiile scobite ca la roşii umplute cu brînză (v. 37). Pînă ce se servesc se țin la rece, apoi se aşază pe o farfurie presărată cu salată verde, tocată ca tăițeii.

## 39 Roşii umplute cu vinete

**1 vînătă mare, 2 cepe, 3 linguri ulei, roşii, sare, piper, pătrunjel.**

Se coace vînăta, se lasă să se scurgă bine, se toacă pe un fund de lemn cu tocătorul de lemn, se pune într–un castron şi se bate cu uleiul, care se toarnă puțin cîte puțin. Se adaugă ceapa foarte fin tocată, sare şi piperul.
Se aleg roşii mici şi tari şi se scobesc în felul arătat în rețeta 37. Se umplu cu salată de vinete, se aşază pe o far–furie şi se pune pe mijlocul fiecărei roşii o frunzuliță de pătrunjel. Tot astfel se pot umple şi ardeii graşi.

## 40 Ardei graşi umpluți cu brînză

**Aceleaşi cantități ca la roşii umplute cu brînză (v. 37).**

Ardeii graşi se spală, se şterg, se scot cotoarele şi se scutură bine de semințe. Mai departe, se prepară la fel ca roşii umplute cu brînză.

## 41 Cornuri cu brînză

**200 g unt (în lipsă, margarină), 200 g brînză telemea, ½ linguriță chimen, 12 cornuri drepte.**

Se freacă untul cu brînza, se adaugă chimen şi se amestecă bine. Se taie colțurile cornurilor, se scobesc de miez, se umplu cu brînza şi se aşază pe o tavă unsă cu unt. Peste fie–care corn se pune cîte o bucățică mică de unt şi se dau la cuptor pentru 10–15 minute. Se servesc imediat, fierbinți.

## 42 Cornuri cu crenvurşti

**100 g unt, 6 crenvurşti, 6 cornuri drepte.**

Fiecare corn şi fiecare crenvurşt se taie în două pe lat. Jumătăţile de corn se scobesc de miez, se pune în fiecare jumătate cîte o bucăţică mică de unt şi se introduce cîte o jumătate de crenvurşt, în aşa fel ca să intre cît mai mult în corn. Partea tăiată trebuie să fie înăuntru.

Se aşază cele 12 jumătăţi pe o tavă unsă cu unt şi se ţin la cuptor timp de 10–15 min. Se servesc calde, imediat.

## 43 Chifle umplute

**6 chifle, 100 g unt, 150 g brînză, 1 ou, ½ pahar smîntînă, ½ pahar lapte, sare, 1 linguriţă mărar tocat.**

Fiecare corn şi fiecare crenvurşt se taie în două pe lat. Jumătăţile de corn se scobesc de miez, se pune în fiecare jumătate cîte o bucăţică mică de unt şi se introduce cîte o jumătate de crenvurşt, în aşa fel ca să intre cît mai mult în corn. Partea tăiată trebuie să fie înăuntru.

Se aşază cele 12 jumătăţi pe o tavă unsă cu unt şi se ţin la cuptor timp de 10–15 min. Se servesc calde, imediat.

## 44 Cornete de parizer umplute

**6 felii parizer tăiat subţire, 12 măsline, 2 cartofi fierţi, 2–3 linguri maioneză, piper (facultativ), salată verde.**

Feliile de parizer se curăţă de coajă şi se răsucesc în formă de cornet. Fiecare cornet se prinde cu o scobitoare ca să nu se desfacă, iar în cele două capete ale scobitorii se înfige câte o măslină (la fiecare scobitoare două măsline).

Cornetele se umplu cu cartofii fierţi şi tăiaţi cuburi foarte mici, care au fost amestecate cu maioneza, sarea şi piperul. Se aşterne pe un platou rotund un strat de salată verde tăiată ca tăiţeii şi peste el se aşază cornetele umplute, rînduite frumos, cu vîrfurile în centrul farfuriei.

## 45 Cupe de parizer umplute cu legume

**200 g parizer tăiat în 6 felii, ½ lingură untură, 1 lingură unt, 250 g mazăre, 1 ou răscopt, sare.**

Feliile de parizer cu coajă se prăjesc uşor în untură numai pe o parte; marginile feliei se strîng şi formează o cupă.

Cupele obținute se aşază pe farfuria de servit şi fiecare se umple cu o lingură de mazăre fiartă în apă sărată şi opărită cu unt. Peste mazăre se pune un rotogol de ou răscopt.
Cupele se pot umple şi cu morcovi fierți sau cu felioare foarte subțiri de cartofi fierți.

## 46 Urdă cu mărar

**250 g urdă, 50 g unt, 1 lingură mărar tocat, sare.**

Se freacă untul cu urda şi cu sarea pînă ce devine ca o pastă. Se adaugă mărarul tocat şi se amestecă bine. Cu această pastă se fac sandvişuri. Se poate servi şi cu ceapă verde.

## 47 Brînză cu chimen

**250 g brînză sau caş de oaie, 100 g unt, 1 linguriță chimen foarte fin pisat, 1 linguriță boia roşie de ardei, sare (facultativ), ridichi.**

Se dă brînza prin sită sau prin maşina de tocat. Se freacă bine cu untul, se adaugă chimenul şi boiaua, se pune sare dacă este nevoie şi se mai freacă. Se aşază pe farfurie şi se garniseşte cu ridichi de lună tăiate floricică. Cu această pastă se pot face şi sandvişuri.

## 48 Pastă de parizer

**250 g parizer, 2 ouă răscoapte, muştar (după gust), sare, piper, salată verde, ridichi.**

Se dă parizerul prin maşina de tocat împreună cu ouăle răscoapte. Pasta obținută se freacă cu muştar, se adaugă sare şi puțin piper. Se aşază pe farfurie, se garniseşte cu salată verde tocată ca fideaua (pusă pe marginea farfuriei) şi ridichi tăiate în formă de floricică. Cu această pastă se pot face şi sandvişuri.

## 49 Pastă de parizer

**500 g făină, 250 g unt sau untură, 1 ou, sare, salată de bœuf.**

Se freacă oul cu untul sau untura şi sarea. Se adaugă făina şi se frămîntă o cocă. Din această cocă se taie bucățele care se întind cu vergeaua astfel ca să se obțină mici foi rotunde de grosimea unui centimetru. Fiecare foaie se aşază în forme mici, speciale pentru tarte. Se potriveşte cu mîna avînd grijă ca pereții formelor să fie perfect şi uniform acoperiți. Se înțeapă coca întinsă pe fundul formei de cîteva ori cu furcu–lița şi se pun la copt.

Cînd sînt gata, se scot cu băgare de seamă din formă. Fiecare tartă coaptă şi perfect rece (este bine să fie pregătite cu două zile înainte de a le umple) se umple cu salată de bœuf (v. 25), se acoperă cu maioneză şi se garniseşte cu mici floricele făcute din măsline tăiate, gogoşar şi albuş de ou tăiat.
Se aleg crenguțe de pătrunjel verde, se lasă pe crenguță 2–3 frunzulițe şi se înfig în salată în aşa fel ca să semene cu tortița unui coşuleț. Coşulețele se aşază pe pun platou lung, unul lîngă altul.

## 50 Pastă de ficat copt

**500 g ficat de vacă sau vițel, 2 cepe (după plac), 3 linguri ulei, piper, sare, puțin oțet (după gust), 1 ou, salată verde.**

Se spală ficatul, se şterge bine şi se pune să se coacă în cuptor. Cînd este copt, se lasă să se răcească, apoi se rade pe răzătoarea de zarzavat. Se pune într–un castron, se adaugă ceapa foarte mărunt tocată, uleiul, sarea, piperul şi oțetul; se amestecă bine, se aşază pe farfurie şi se garniseşte cu rotogoale de ou puse pe salată verde tocată.

## 51 Pateu de ficat de pasăre

**1 ficat de gîscă sau 2–3 ficați de găină, 2 cepe (după plac), 150 g unt, gogoşari, castraveți acri, 1 ou.**

Se taie cepele în patru, se aşază într–o cratiță mică împreună cu o lingură de unt, ficatul şi cîteva linguri de apă. Vasul acoperit se lasă să fiarbă pînă cînd scade toata apa. Se lasă să se răcească, apoi ficatul fiert şi ceapa se dau prin maşina de tocat, se aşază într–un castron şi se freacă cu restul de unt pînă ce devine o pastă untoasă, fără zgrunțuri. Se sărează şi se aşază pe o farfurie, netezind cu ajutorul unui cuțit. Se garniseşte cu gogoşari, castraveți acri şi rotogoale de ou răscopt.

## 52 Ciuperci umplute cu creier

**12 ciuperci mari, ½ creier de vițel, 2 linguri unt, 1 linguriță rasă pătrunjel verde tocat, 1 ou, sare, piper, 1 lingură rasă de pesmet.**

Se aleg ciuperci mari, întregi şi frumoase, se curăță, se scoate piciorul, se spală şi se sărează. Picioarele ciupercilor se curăță şi ele, se spală, se taie bucățele mici şi se prăjesc cu 1½ lingură de unt pînă se înmoaie bine.
Între timp se fierbe creierul în apă sărată, se curăță de pielīță, se zdrobeşte şi se freacă bine cu oul.

În pasta obținută se pun ciupercile prăjite, pătrunjelul, piperul, puțină sare şi se amestecă bine.
Se umplu ciupercile (pălăriile) cu această compoziție, se presară peste fiecare puțin pesmet, se stropeşte cu restul de unt topit, se aşază într–o tavă unsă cu unt; se dau la cuptor timp de 20–25 min. Se servesc calde sau reci.

## 53 Pateu de ficat cu ciuperci

**500 g ficat de vițel, 500 g ciuperci, 2 cepe, 300 g unt, sare, piper, 1 ou măsline (gogoşari), pătrunjel.**

Se curăță, se spală şi se taie bucăți mari ciupercile. Pe fundul unei cratițe se pun două lingurițe de unt, cepele tăiate în patru, ciupercile, ficatul tăiat bucăți mai mari, şi două linguri de apă. Se acoperă şi se pune să fiarbă încet şi acoperit, scuturînd cratița din timp în timp. Cînd nu mai rămîne apă, se ia de la foc, se lasă să se răcească, apoi se dă totul prin maşina de tocat.
Se pune untul într–un castron şi se freacă bine adăugînd ficatul şi ciupercile tocate. Se freacă pînă se obține o pastă untoasă, se sărează, se piperează şi se pune pe o farfurie, netezind cu un cuțit. Se garniseşte cu felii de ou răscopt pe gălbenuşul cărora se aşază o floricică făcută din măslină sau gogoşar, şi o frunzuliță de pătrunjel.

## 54 Ciuperci cu gelatină şi maioneză

**1 kg ciuperci, 1 ceapă, 1 linguriță unt, gelatină, maioneză.**

Se spală, se curăță şi se taie ciupercile felii subțiri ca tăițeii. Se aşază într–o cratiță împreună cu o ceapă întreagă, o lingură de unt şi sare. Se acoperă totul cu apă şi se lasă să fiarbă pînă cînd ciupoercile sînt fierte.
Se înlătură ceapa, se strecoară. Se lasă ciupercile la o parte, iar zeama se mai strecoară o dată printr–o sită foarte deasă sau prin tifon. În această zeamă se pun foi de gelatină (la fiecare pahar de zeamă, 3 foi). Se pune pe foc amestecînd pînă se topeşte gelatina.
Ciupercile fierte se aşază pe o farfurie, în strat uniform sau în mai multe forme mai mici (fiecare formă reprezentînd o porție).
Peste ciuperci se toarnă zeama cu gelatină (care se strecoară în momentul turnării). Se dă la rece să se închege. Se serveşte cu maioneză (v.74).

## 55 Pastă de heringi cu mere

**1 hering mare, 2 linguri unt, 1 măr mare, 1 ou răscopt, salată verde.**

Se despică peştele pe burtă şi se ţine în apă călduţă timp de 5–6 ore. Apoi se trage pieliţa de la cap spre coadă, se taie capul şi coada şi se îndepărtează toate oasele. Se toacă mărunt cu satîrul, sau se dă prin maşina de tocat.

Gălbenuşul de ou răscopt se trece prin sită şi se freacă cu untul. Se adaugă peştele tocat şi se amestecă pînă se obţine o pastă omogenă. La urmă se pun mărul curăţat de coajă şi ras pe răzătoare, se mai freacă puţin, apoi pasta obţinută se aranjează pe un platou lung, dîndu–i forma peştelui, iar capul şi coada se aşază la locul lor. Albuşul foarte mărunt tocat se presară deasupra. Marginile platoului se garnisesc cu frunzele din inima unei salate.

Cu această pastă se pot pregăti şi sandvişuri.

## 56 Pastă de heringi cu nuci

**1 hering, 12 nuci curăţate şi pisate, miez de franzelă muiat în apă cu oţet (2 felii), ½ ceapă rasă, 1 linguriţă oţet, 3 linguri ulei.**

Se spală peştele, se curăţă de pieliţă, se scot toate oasele şi se dă prin maşina de tocat carne sau se toacă foarte mărunt cu satîrul. Pasta de peşte se pune într–un castron şi se freacă cu franzela muiată şi bine stoarsă, adăugînd cîte puţin ulei. După ce se adaugă tot uleiul, se pun ceapa, oţetul, nucile şi se amestecă.

Această compoziţie se aşază pe un platou lung, dîndu–i forma unui peşte. Apoi se pune capul peştelui la o extremitate şi coada la cealaltă extremitate. Se ţine la rece pînă ce se serveşte.

## 57 Chifteluţe din heringi sau scrumbii sărate

**2 heringi, 1 ou, 2 felii de pîine albă (miezul), 1 ceapă, 1 lin–gură pătrunjel şi mărar tocat, 2 linguri ulei, pesmet.**

Se spală bine heringii, se despică pe burtă şi se ţin în apă călduţă 5–6 ore. Se scot din apă, se trage pieliţa şi se îndepărtează toate oasele. Apoi se dau prin maşina de tocat împreună cu ceapa crudă şi miezul de pîine muiat în lapte sau apă şi bine stors.

Se amestecă bine tocătura cu oul şi verdeaţa şi se fac chifte–le ca din carne. Se dau prin pesmet şi se prăjeşte în ulei încins. Se servesc fierbinţi.

## 58 Ciuperci pe friganele

**1 kg ciuperci, 1 ou, 1 lingură mărar tocat, 2 linguri unt, sare. Friganele: 1 franzeluţă, 1 pahar lapte, 1 ou, sare, ½ linguriţă zahăr.**

Se curăţă ciupercile, se spală şi se taie mărunt.

Se pune untul să se încingă într–o cratiţă şi se prăjesc în el ciupercile cu mărarul şi sarea. Cînd ciupercile sînt prăjite, se ia cratiţa de la foc şi se toarnă peste ciuperci un ou bătut spumă cu furculiţă şi se amestecă.

Se pregătesc friganelele (v. 186) şi peste ele se aşterne un strat gros de ciuperci, netezit bine cu cuţitul.

Se aşază friganelele astfel pregătite într–o tavă şi se dau la cuptor pentru 10 min. Se servesc fierbinţi.

## 59 Creier în gelatină

**1 creier de vacă, 1 morcov, 1 ceapă, 1 pătrunjel, 1 foaie de dafin, 2–3 boabe ienibahar, 1 ou răscopt, 1½ l apă, zeama de la ½ lămîie, cîteva frunze pătrunjel, foi de gelatină, sare.**

Morcovul, pătrunjelul şi ceapa, curăţate şi spălate, se taie felii subţiri şi se pun la fiert cu foaia de dafin, ienibaharul şi puţină sare. Se fierb încet în cratiţa acoperită. După ce a fiert zarzavatul, se adaugă creierul şi se lasă să fiarbă. Cînd este gata, se scoate uşor cu lingura de spumă. Zeama se strecoară printr–o sită deasă, se măsoară cu paharul şi se adaugă gelatina (la fiecare pahar de lichid, 3 foi). Se amestecă pînă ce se topeşte gelatina şi se lasă să dea un clocot, două. Se dă la o parte, se adaugă zeama de lămîie, se potriveşte de sare şi se toarnă pe o farfurie mare, întinsă, un strat de ½ cm grosime, care să acopere tot fundul farfuriei. Restul gelatinei se ţine la loc călduţ.

Creierul răcit se curăţă de piele. Fiecare din cele două jumătăţi ale creierului se taie pe lăţime în felii groase de un deget. Feliile se aşază în farfurie peste gelatina închegată, la distanţă de 5–6 cm una de alta. Peste fiecare felie de creier se pune un rotogol de ou răscopt, în gălbenuş înfigînd cîte o frunzuliţă de pătrunjel. Se scoate farfuria la un loc rece, unde se toarnă restul de gelatină, încet, cu lingura. După aceasta farfuria nu mai trebuie să fie mişcată pînă cînd se încheagă gelatina.

Înainte de a servi, se taie cu paharul în aşa fel, ca fie–care rotund să cuprindă o felie de creier garnisită cu ou şi pătrunjel. Se ridică fiecare bucată cu ajutorul paletei de tort sau al unui cuțit lat şi se aşază pe farfuria de servit. Spațiile libere dintre rotogoale şi marginea se garnisesc cu gelatina rămasă, tocată mărunt, şi cu felii de lămîie.

## 60 Piftie de porc

**1,5 kg picioare sau cap de porc, 1 ceapă, 2 morcovi, 1 pătrun–jel, 1 păstîrnac, 1 țelină, 2 foi de dafin, 3–4 boabe ienibahar, 3–4 căței de usturoi (facultativ), sare.**

Se spală şi se rad bine cu cuțitul picioarele sau capul de porc (dacă au păr, se pîrlesc la flacără). Picioarele se taie în două pe lungime, iar capul se sparge cu satîrul.

Se aşază într–o oală încăpătoar şi se acoperă cu apă în aşa fel, încît nivelul apei să fie cu 3–4 degete deasupra cărnii. Se pune la foc potrivit, lăsînd să fiarbă încet. Se spumează mereu, apoi se adaugă sarea, zarzavatul curățat şi spălat, foile de dafin şi ienibaharul. Se acoperă vasul cu un capac, lăsînd numai la o margine cratița puțin descoperită. Trebuie să fiarbă pînă cînd carnea se desface uşor de pe oase. Se scot oasele şi se aşază carnea pe fundul uneia sau al mai multor farfurii.

Se pisează usturoiul în piuliță de lemn cu puțină sare şi se amestecă cu zeama de carne. Se strecoară şi se toarnă zeama strecurată în farfurii peste carne, avînd grijă ca aceasta să fie bine acoperită. Se pune la loc rece să se închege.

Ca să se obțină o piftie frumoasă, limpede, trebuie să fiarbă tot timpul foarte încet şi vasul să fie aproape acoperit.

Cea mai gustoasă piftie este aceea pregătită din picioare de porc amestecate cu urechi.

Tot astfel se poate prepara şi piftia din picioare de vacă sau, amestecat, picioare de vacă cu picioare de porc.

## 61 Piftie de pasăre

**Carne de pasăre, 1 ceapă, 1 morcov, 1 țelină, 1 pătrunjel, 2 foi de dafin, 3–4 boabe ienibahar, gelatină (după nevoie), zeama de la o lămîie, sare.**

Piftiile de pasăre se fierb la fel ca piftia de porc, cu deose–birea că se pune numai atîta apă cît este necesar să acopere carnea, deoarece fierb mai repede decît cele de porc.

Dacă zeama nu este suficient de cleioasă, se adaugă 3–4 foi de gelatină.

După ce se aşază carnea pe farfurie, se garniseşte cu cîteva felii de lămîie tăiate foarte subţire, apoi se toarnă zeama strecurată.
Se pot face din carne de găină, cocoş sau gîscă, cea mai gustoasă fiind însă cea pregătită din carne de curcan.

## 62 Piftie de peşte

**1,5 kg peşte (crap, şalău sau ştiucă), 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ţelină, 1 păstîrnac, 2 foi de dafin, 3–4 boabe ienibahar, 1 ceapă, sare, lămîie.**

Se curăţă tot zarzavatul, se spală şi se pune la fiert cu apa, sarea, ienibaharul şi foile de dafin. Cînd zarzavatul este fiert, se adaugă peştele curăţat, spălat, sărat şi tăiat în bucăţi mari. Se lasă să fiarbă pînă cînd peştele este fiert.
Se scot încet bucăţile de peşte, se lasă să se răcească, apoi cu ajutorul cuţitului se înlătură toate oasele, avînd grijă să nu se sfărîme carnea. Bucăţile de peşte, curăţate de oase, se aşază pe una sau mai multe farfurii. Zeama în care s–a fiert peştele se strecoară de zarzavat şi se pune din nou la fiert împreună cu 3–4 cartofi tăiaţi sferturi. Apoi se strecoară a doua oară şi se toarnă peste bucăţile de peşte. Cartofii se aşază în jurul peştelui. (Se poate pregăti şi fără cartofi).
Se garniseşte cu felii de lămîie tăiate subţire.

## 63 Fasole boabe cu maioneză

**400 g fasole mare, 1 ceapă mare, sare, piper, maioneză din 2 ouă (v. 74), sfeclă (gogoşari, castraveciori).**

Se alege fasole mare, se spală, se moaie de cu seară în apă călduţă. A doua zi se scurge de apă şi se pune la fiert cu apă rece. După ce a dat un clocot, se schimbă apa (de această dată se pune apă călduţă). Se repetă operaţia de trei ori. În ultima apă schimbată, în care fasolea va termina fierberea, se adaugă sare. Cînd este gata, se lasă să se răcească în apa ei, apoi se scurge bine de toată zeama.
Se pune într–un castron, se adaugă puţin piper, o ceapă tăiată foarte mărunt şi sare. Se amestecă uşor cu maioneza şi se aşază pe farfuria de servit.
Se garniseşte cu sfeclă în oţet, gogoşari tăiaţi sau castraveciori.

## 64 Ţelină cu maioneză

**3 ţeline mari, 150 g crenvurşti, sare, maioneză din 2 ouă (v. 74), piper, roşii (gogoşari).**

Se curăţă ţelina, se spală, se rade pe răzătoarea de zarzavat, se sărează, se freacă cu mîna şi se lasă să stea o jumătate de oră într–o strecurătoare sau într–o sită de păr.

Se pune țelina în maioneză preparată, se adaugă crenvurştii curățați de pieliță şi tăiați ca tăițeii, piperul, sare, dacă este nevoie, şi se amestecă bine.
Se aşază pe o farfurie şi se garniseşte cu bucăți de gogoşari sau felii de roşii.

# Unt pentru sandvişuri

## 65 Unt cu rocfort

**200 g unt, 50 g brînză rocfort (Bucegi).**

Se trece brînza prin sită, se pune într–un castronel, se adaugă untul şi se freacă cu lingura de lemn pînă ce devine spumos. Se pune la rece pînă la întrebuințare.

## 66 Unt cu muştar

**200 g unt, 25 g muştar, sare.**

Se freacă untul cu lingura de lemn pînă ce devine ca o cremă, se adaugă muştarul şi un praf de sare. Se amestecă bine şi se pune la rece pînă la întrebuințare.

## 67 Unt cu raci

**200 g unt, 25 raci, 1 linguriță pastă de tomate, sare.**

Se fierb racii în apă sărată. Cînd sînt fierți şi răciți, se alege carnea, se dă prin maşina de tocat sau se toacă cu satîrul foarte mărunt şi se freacă untul, un praf de sare şi o linguriță pastă de tomate. Se freacă pînă se obține o cremă şi se pune la rece pînă la întrebuințare.

## 68 Unt cu sardele

**200 g unt, 1 cutie de sardele, sare.**

Se storc sardelele de ulei, se dau prin sită sau se toacă cu cuțitul foarte mărunt. Se freacă cu untul şi se adaugă puțină sare, dacă este nevoie.

## 69 Unt cu heringi

**200 g unt, 1 hering.**

Se despică heringii pe burtă, se scot icrele sau lapții şi se țin în apă timp de 5–6 ore. Apoi se scurg de apă, se scoate pielița, şira spinarii şi toate oasele. Fileurile de heringi obți–nute se toacă foarte mărunt şi se freacă cu unt ca mai sus.

## 70 Unt galben

**200 g unt, 3 gălbenuşuri de ou răscopt, sare.**

Se trec prin sită gălbenuşurile de ouă şi se freacă cu untul ca mai sus. Se adaugă sarea după nevoie.

## 71 Unt verde

**200 g unt, 1 lingură pire de spanac, sare.**

Frunzele de spanac, uşor opărite şi scurse de apă, se trec prin sită, se freacă cu untul şi se adaugă sare după gust.

## 72 Unt negru

**200 g unt, 200 g măsline.**

Frunzele de spanac, uşor opărite şi scurse de apă, se trec prin sită, se freacă cu untul şi se adaugă sare după gust.

## 73 Unt roz

**200 g unt, 1 linguriță pireu de sfeclă coaptă, sare.**

Se trece prin sită sfecla coaptă. Se freacă o linguriță de pireu de sfeclă cu untul, ca mai sus. Se adaugă sare după gust.

# Sosuri reci şi calde

## 74 Maioneză

**1 linguriță de ou răscopt, 1 gălbenuş crud, 1 linguriță muştar, 1 linguriță zeamă de lămîie, 2 ceşcuțe ulei, sare.**

Gălbenuşul de ou răscopt se dă prin sită, se pune într–un castron, se amestecă cu puțin ulei. Se adaugă apoi gălbenuşul crud şi se amestecă turnînd uleiul puțin cîte puțin. După ce s–a turnat tot uleiul, se adaugă sarea, muştarul şi zeama de lămîie. De la început pînă la sfîrşit nu se întrerupe ameste–catul (în acelaşi sens). Se poate adăuga o lingură de smîntînă.

## 75 Sos de unt cu gălbenuş

**125 g unt, 5 gălbenuşuri, zeama de la o lămîie, sare.**

Într–un castron mic, aşezat într–un vas cu apă clocotită, se freacă untul, adăugînd gălbenuşurile unul cîte unul. Se amestecă neîncetat pînă se înfierbîntă, fără însă să fiarbă. Se adaugă sarea şi zeama de lămîie.

## 76 Sos de hrean cu smîntînă

**1 pahar smîntînă, 1 linguriţă hrean ras, 1 lingură oţet, 1 linguriţă sfeclă roşie coaptă sau fiartă, rasă, ½ linguriţă zahăr, sare.**

Se amestecă hreanul ras cu oţetul, sarea, zahărul, sfecla rasă şi un pahar de smîntînă.

## 77 Sos de muştar cu smîntînă

**1 ceaşcă smîntînă, 2 linguri muştar, 1 linguriţă zahăr, sare.**

Se amestecă smîntîna cu muştarul, zahărul şi sarea.

## 78 Sos de roşii

**500 g roşii bine fierte şi strecurate sau 2 linguri de bulion (pastă), 1 linguriţă zahăr, 1 linguriţă oţet, 2 linguri de unt, ¾ pahar zeamă de carne sau apă, sare.**

Se pune într–o cratiţă apa, bulionul, zahărul oţetul şi sarea, se lasă pe foc ca să dea un clocot, se adaugă untul şi se mai lasă să dea un clocot, două, se gustă de sare.

## 79 Sos de tarhon

**1 lingură untură, 1 lingură făină, 1 pahar zeamă de carne (în lipsă, apă), 1 ceapă, ½ linguriţă zahăr, 1 lingură tarhon tocat, ½ ceaşcă smîntînă, sare.**

Se prăjeşte ceapa în untură pînă ce se îngălbeneşte, se adaugă făina, se mai prăjeşte puţin. Apoi se stinge cu zeama de carne, se pune sarea, zahărul, tarhonul, se lasă să mai fiarbă 10–15 min şi apoi se adaugă smîntîna, lăsînd să se mai fiarbă pînă ce sosul este potrivit de gros. Se serveşte cald.

## 80 Sos de castraveţi

**1 lingură untură, 1 lingură făină, 1 ceapă mică, 2 castraveţi acri, 1 lingură bulion, 1 lingură oţet, 1 lingură zahăr, 2 pahare zeamă de carne (în lipsă, apă), sare.**

Se prăjeşte ceapa tocată mărunt în untură împreună cu făina pînă cînd se îngălbeneşte. Se stinge cu zeama de carne şi se adaugă sarea, zahărul, bulionul şi castraveţii tăiaţi felioare cît se poate mai subţiri. Se lasă totul să fiarbă cîteva minute, apoi se adaugă oţetul şi se mai lasă să fiarbă la foc mic pînă cînd sosul devine potrivit de gros. Se seveşte cald.

## 81 Sos de ceapă

**1 lingură unt sau untură, 1 lingură făină, 2 cepe, 1 linguriţă zahăr, 1 lingură bulion, 1–2 linguri oţet sau zeamă de lămîie, 2 pahare zeamă de carne (în lipsă, apă), sare.**

Se prăjeşte în unt ceapa tăiată peştişori pînă ce se îngălbeneşte, se adaugă făina, se mai prăjeşte puţin şi se stinge

cu zeama de carne, amestecînd să nu se formeze cocoloaşe. Se adaugă sarea, zahărul şi bulionul şi se lasă să se fiarbă 10 min. Apoi se adaugă oţetul sau zeama de lămîie şi se lasă să scadă ca să nu fie nici prea gros, nici prea subţire.

## 82 Sos de lapte (Béchamel)

**1½ pahar lapte, 1 lingură făină, 1 lingură unt proaspăt, sare.**

Sosul se poate prepara în două feluri: cu făină prăjită sau cu făină neprăjită.

*Cu făină prăjită.* Se prăjeşte uşor făina în unt, se stinge cu lapte fierbinte turnînd cîte puţin şi amestecînd mereu ca să nu se facă cocoloaşe. Se adaugă sare după gust şi se lasă să fiarbă încet timp de 10 min. Se serveşte cald.

*Cu făină neprăjită.* Se dizolvă făina cu laptele rece, turnînd laptele în făină puţin cîte puţin. Se pune la foc mic, amestecînd mereu timp de 8-10 min.

## 83 Sos de ciuperci

**1 pahar zeamă de carne sau apă, cîteva ciuperci, 1 lingură unt, 1 linguriţă făină, 1 linguriţă pătrunjel tocat, 2-3 linguri smîntînă, 2 linguri zeamă de lămîie, sare.**

Se curăţă, se spală, şi se taie felii subţiri cîteva ciuperci. Se pun la fiert cu zeama de carne sau apă, timp de 10 min. Se prăjeşte untul cu făina şi se stinge cu zeama şi ciupercile fierte. Se adaugă smîntîna, zeama de lămîie, sarea şi pătrunjelul tocat, lăsînd să dea cîteva clocote. Se serveşte cald.

## 84 Sos de anason

**Aceleaşi cantităţi ca la reţeta 82.**

Se prepară un sos Béchamel (v.82) la care se adaugă o linguriţă de anason pisat, fiert cîteva minute cu o ceşcuţă de zeamă de carne şi apoi strecurat. Se serveşte cald.

## 85 Sos de anason

**1½ pahar smîntînă, 1 lingură unt, 1 lingură făină, sare.**

Se prepară la fel ca sosul de lapte (v. 82), cu făină prăjită sau neprăjită.

## 86 Sos de anason

**1½ pahar bulion (zeamă de carne), 2 gălbenuşuri, 1 lingură făină, 1 lingură unt.**

Se prepară ca şi sosul de lapte (v. 82) sau de smîntînă (v. 85). Cînd sosul este gata, se amestecă cu două gălbenuşuri bătute cu două linguri de lapte. În locul gălbenuşurilor crude se pot pune gălbenuşuri răscoapte, tocate mărunt.




# Budinci sărate

## 87 Budincă de cartofi cu carne

**750 g cartofi, 1 lingură făină, 3 ouă, 1 lingură unt, 1 ceaşcă lapte, 1 linguriță zahăr, sare, umplutură de carne preparată ca pentru ştrudel cu carne (v. 651), puțin pesmet.**

Se fierb cartofii curățați de coajă, se strivesc cu presa pentru cartofi (în lipsă, se dau prin sită sau prin maşina de tocat) şi se pun într-un castron. Se adaugă untul cald, sarea, zahărul, laptele, se amestecă bine, apoi se pun făina şi gălbenuşurile, iar la urmă albuşurile bătute spumă.

Jumătate din compoziția obținută se aşază într-o formă de budincă unsă cu unt şi presărată cu pesmet, apoi se pune umplutura de carne şi se acoperă cu cealaltă jumătate din compoziție. Se unge cu unt, se presară cu puțin pesmet şi se coace pînă se rumeneşte. Se serveşte caldă.

## 88 Budincă de cartofi cu brînză

**Pentru pasta de cartofi aceleaşi cantități ca la budinca de cartofi cu carne (v. 87).**

**Umplutura: 150 g brînză de oi frămîntată sau rasă.**

Se prepară pasta de cartofi la fel ca budinca de cartofi cu carne (v. 87).

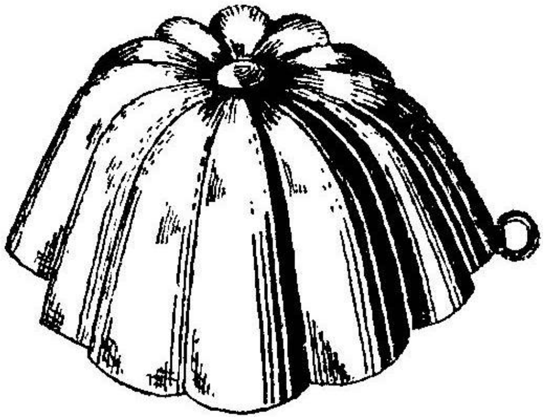
Brînza se pune în pasta de cartofi, se amestecă bine, se aşază compoziția în formă şi se coace pînă se rumeneşte. Se serveşte caldă.

## 89 Budincă de cartofi cu brînză

**500 g carne macră de vacă sau vițel, 2 felii de franzelă, 1½ lingură unt, 5 ouă, sare, piper, sos de ciuperci (v. 83).**

Se taie carnea bucăți şi se prăjeşte în ½ lingură de unt. Se toacă apoi de două ori prin maşina de tocat, împreună cu

franzelă muiată în lapte. Separat, se freacă spumă o lingură de unt şi se adaugă gălbenuşurile unul cîte unul, apoi se amestecă cu carnea tocată, sarea şi piperul. La sfîrşit se pun albuşurile bătute spumă.



Se unge cu unt o formă specială care se închide ermetic, se pune compoziţia şi se aşază forma într-un vas cu apă clocotită. Se lasă să fiarbă ½ oră din momentul cînd începe iar să clocotească. Se răstoarnă pe farfurie şi se serveşte fierbinte cu sos de ciuperci.

## 90 Budincă de peşte

**1,5 kg peşte (şalău sau ştiucă, de preferinţă amestecat ştiucă cu şalău), 2 linguri unt, 5 ouă, 1 ceapă mare, miezul de la două felii de pîine albă muiate în lapte (apă), sare, piper, 1 lingură pătrunjel verde tocat, sos de unt cu gălbenuş.**

Se curăţă, se spală şi se taie peştele în bucăţi. Se scot toate oasele şi se dă prin maşina de tocat împreună cu miezul de pîine muiat în lapte sau în apă şi stors bine.

Se freacă untul spumă, adăugînd gălbenuşurile pe rînd, apoi ceapa foarte mărunt tocată, pătrunjelul, sarea, piperul, tocătura de peşte şi la sfîrşit albuşurile bătute spumă, amestecînd bine. Se unge un şervet cu unt, se pune compoziţia, se leagă cu aţă, nu însă prea strîns, şi se aşază într-o cratiţă cu apă sărată. Se fierbe timp de 30 min, acoperit. Cînd este gata, se scoate din şervet, se taie felii şi se serveşte cald cu sos de unt cu gălbenuş (v.75).

## 91 Budincă de macaroane cu şuncă

**250 g macaroane, 2 linguri untură, 1 pahar smîntînă, 200 g şuncă sau jambon afumat, sare, piper, 2 ouă, puţin unt şi pesmet.**

Se fierb macaroanele, se spală cu apă rece şi se lasă să se scurgă. Se bat ouăle spumă, se amestecă cu macaroanele strecurate, se adaugă sare, piper, untura încălzită, şunca tăiată cuburi mici şi smîntîna. Se amestecă totul bine şi se aşază într-o tavă unsă cu untură şi presărată cu pesmet. Se dă la cuptor şi se ţine pînă ce se rumeneşte. Se serveşte fierbinte, tăiată pătrate.

## 92 Budincă de macaroane cu brînză

**250 g macaroane, 3 linguri brînză de oi, 2 linguri unt, 3 ouă, puțin pesmet.**

Se fierb macaroanele în apă sărată, se strecoară, se spală cu apă rece şi se lasă să se scurgă. Se bat ouăle spumă, se adaugă brînza, se amestecă cu macaroanele şi cu untul topit. Se unge o tavă cu unt, se presară cu pesmet, se aşază macaroanele şi se coace rumen. Se răstoarnă, se taie pătrate şi se serveşte fierbinte.

## 93 Budincă de macaroane cu carne

**250 g macaroane, 300 g carne macră de vacă, 3 cepe mari, 2 linguri untură sau unt, sare, piper, 3 ouă, puțin pesmet.**

Se fierb macaroanele în apă sărată, se strecoară, se spală cu apă rece şi se lasă să se scurgă. Se taie ceapa mărunt, se prăjeşte în untură sau în unt pînă începe să se îngălbenească, se adaugă carnea tocată, sarea, piperul şi se mai prăjeşte puțin ca să nu scadă tot mustul din carne.

Macaroanele se amestecă cu ouăle bătute spumă, apoi cu carnea prăjită şi se aşază într-o tavă unsă cu unt sau untură şi presărată cu pesmet. Se dă la cuptor şi se lasă pînă ce se rumeneşte. Se serveşte fierbinte, tăiată pătrate.

## 94 Budincă de şuncă

**3 linguri unt proaspăt, 1 pahar lapte, 3 linguri făină, 5 ouă, 200 g şuncă, sare, pesmet.**

Se bate bine făina cu laptele ca să nu se facă cocoloaşe, se adaugă untul şi se pune pe foc amestecînd mereu cu lingura. Se lasă să fiarbă pînă ce compoziția se dezlipeşte de pe pereții cratiței. Se lasă să se răcească, apoi se adaugă gălbenuşurile unul cîte unul, se amestecă, se săreazǎ, se pune şunca tăiată mărunt, apoi albuşurile bătute spumă. Se toarnă compoziția într-o formă de piatră sau într-o cratiță unsă cu unt şi presărată cu pesmet, şi se lasă să se coacă în cuptor. Se serveşte caldă.

## 95 Budincă de creier

**1 creier mare de vacă, 5 albuşuri, 2-3 linguri pesmet, 1 linguriță mărar tocat, 1 ceapă, 1 lingură unt, sare, piper, puțină făină.**

**Sosul: 1 ceaşcă smîntînă, ½ ceaşcă lapte, 1 lingură rasă făină, 1 lingură unt, puțin mărar tocat, sare.**

Se fierbe creierul, se trece prin sită şi se amestecă cu ceapa tocată şi prăjită în unt, cu mărarul, sarea, piperul, pesmetul,

iar la sfîrşit cu albuşurile bătute spumă. Se toarnă compoziția într-o formă cu capac unsă cu unt şi presărată cu făină (forma trebuie să fie numai trei sferturi plină). Se pune la fiert într-un vas cu apă timp de 45 min.

*Sosul.* Se prăjeşte uşor făina în unt şi se stinge cu lapte. Se adaugă smîntîna, mararul şi sarea. Se lasă să dea un clocot, două şi se serveşte cald.

### 96 Budincă de clătite cu brînză

**1 kg lapte, 3 ouă, 3-4 linguri sifon, ¼ linguriță sare, 100 g unt sau untură, 250 g smîntînă, 150 g brînză frămîntată sau rasă, făină cît cuprinde.**

Se bat ouăle, se amestecă cu sifonul şi sarea, cu făina, apoi se adaugă laptele puțin cîte puțin, la fel ca la clătite (v. 187). Se prăjesc clătitele, punîndu-le pe măsură ce sînt gata într-o cratiță. Fiecare clătită se unge cu pana muiată în unt topit şi se presară cu brînză rasă sau frămîntată. Ultima clătită care se aşază în cratiță se unge cu unt fără a se presăra cu brînză. Se acoperă cratița şi se pune într-un vas cu apă clocotită pe foc. Se lasă astfel să fiarbă încet pînă cînd clătitele devin fierbinți.

Înainte de a servi, se răstoarnă pe o farfurie, se taie în felii ca un tort. Se serveşte cu smîntînă.

### 97 Budincă de clătite cu spanac

**Aceleaşi cantități ca la budinca de clătite cu brînză înlocuind brînza cu pire de spanac.**

Se prepară la fel ca budinca de clătite cu brînză (v. 96). Se înlocuieşte brînza cu pire de spanac (v. 239). Se serveşte cu smîntînă.

## Sufleuri sărate

### 98 Sufleu de parmezan

**200 g unt, 3 linguri făină, 500 g lapte, 150 g parmezan ras (sau caşcaval), 5 ouă, pesmet.**

Se pune untul într-un vas pe foc ca să se topească, se adaugă făina şi se lasă să se prăjească pînă ce capătă culoare aurie. Se toarnă laptele şi se amestecă bine. Pasta obținută se lasă să se răcească. Cînd este rece, se adaugă gălbenuşurile pe rînd, unul cîte unul, parmezanul, şi se amestecă apoi albu-

şurile bătute spumă. Se pune în forma unsă cu unt şi presărată cu pesmet. Se dă la cuptor şi cînd a crescut şi s-a rumenit se răstoarnă uşor pe farfurie, servindu-se fierbinte. La nevoie, parmezanul se poate înlocui cu caşcaval sau brînză de oi.

## 99 Sufleu de conopidă

**1 conopidă de mărime potrivită, 3 ouă, ½ lingură făină, 1 pahar lapte, 2 linguri unt, un vîrf de lingură sare.**

Se fierbe conopida în apă sărată, se scurge cînd este gata şi se lasă la o parte.

Se prăjeşte untul cu făina şi se stinge cu laptele, amestecînd mereu ca să nu se facă cocoloaşe, apoi se adaugă gălbenuşurile unul cîte unul, fără să înceteze amestecatul. După ce s-a răcit bine, se unge o formă cu unt, se aşază conopida şi se toarnă peste ea compoziţia cu ouă în care am adăugat, după răcire, şi albuşurile bătute spumă. Se presară puţină sare şi se coace la foc potrivit. Se serveşte cald.

## 100 Sufleu de fasole verde

**1 kg fasole, 3 linguri unt, 3 ouă, 2 linguri făină, 1 pahar lapte, 3 linguri brînză de oi rasă sau zdrobită, sare.**

Se curăţă, se spală şi se pune la fiert fasolea cu puţină sare. Cînd este gata, se strecoară şi se lasă la o parte. Într-un vas se pune pe foc untul să se înfierbînte, se adaugă făina, se prăjeşte uşor şi se stinge cu laptele, amestecînd mereu să nu se facă cocoloaşe. Se ia de la foc şi se adaugă gălbenuşurile unul cîte unul; cînd este aproape rece se adaugă şi albuşurile bătute spumă şi amestecate cu brînza. În această compoziţie se pune fasolea scursă, se amestecă uşor şi se aşază totul într-o formă unsă. Se pune la cuptor la foc potrivit. Se serveşte cald.

## 101 Sufleu de dovlecei

**5 dovlecei potrivit de mari, 3 ouă, 2 linguri făină, ½ pahar smîntînă, 2 linguri brînză de oi, 1 pahar lapte, mărar tocat, sare, unt.**

Se taie dovleceii bucăţi şi se fierb în apă sărată cîteva minute, se strecoară bine şi se dau prin maşina de tocat, se amestecă cu brînza şi se lasă la o parte.

Într-un vas se prăjeşte uşor făina cu untul şi se stinge cu lapte, amestecînd ca să nu se formeze cocoloaşe. Se ia de la foc şi se adaugă gălbenuşurile unul cîte unul, smîntîna, mă-

rarul tocat şi la sfîrşit albuşurile bătute spumă. Se amestecă cu pasta de dovlecei pregătită şi se aşază într-o formă unsă. Se coace la foc potrivit şi se serveşte fierbinte.

## 102 Sufleu de spanac cu parmezan

**1 kg spanac, 1 lingură făină, 1 pahar smîntînă, 3 linguri parmezan (caşcaval sau brînză de oi), 2 linguri unt, 3 ouă, sare, pesmet.**

Se fierbe spanacul în apă sărată, se scurge, se toacă mărunt şi se lasă la lo parte.
Într-un vas se prăjeşte puțin făina cu untul, se pune spanacul să se prăjească cîteva minute, se adaugă smîntîna. Se ia de la foc şi se amestecă bine, adăugînd şi parmezanul sau brînza. Se lasă să se răcească, apoi se pun gălbenuşurile unul cîte unul şi la sfîrşit şi albuşurile bătute spumă. Se aşază în forma unsă cu unt şi presărată cu pesmet fin. Se pune la cuptor, la foc potrivit să crească frumos. Se serveşte fierbinte.

## 103 Sufleu de spanac cu şuncă

**1 kg spanac, 1 lingură făină, 1 pahar smîntînă, 2 linguri unt, 2 ouă, 100 g şuncă, sare, pesmet.**

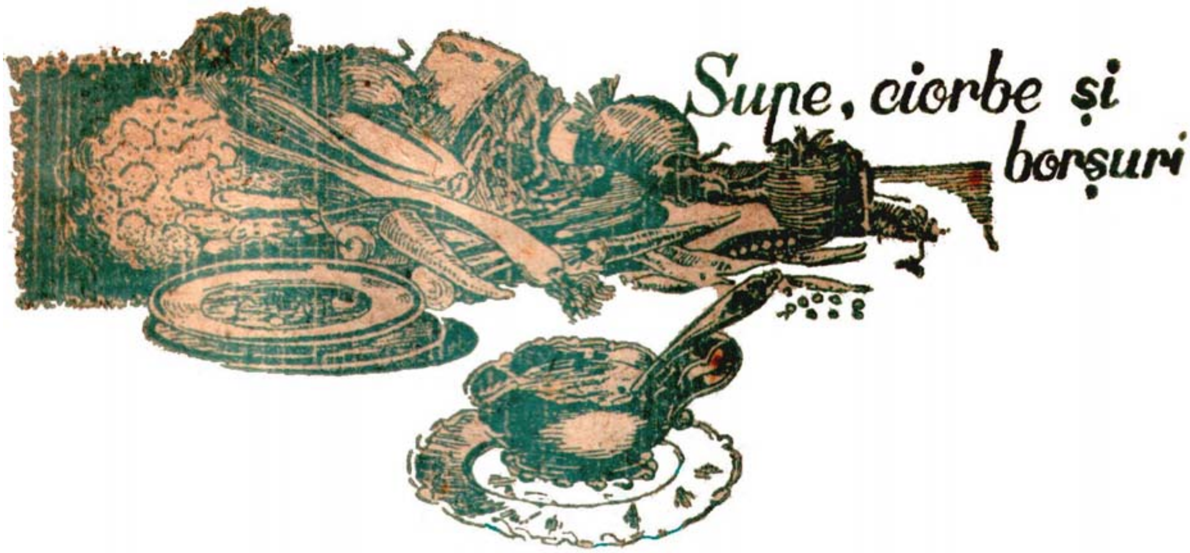
Se procedează la fel ca la 102, înlocuind însă brînza sau parmezanul cu şuncă tăiată pătrățele.

## 104 Sufleu de mazăre verde

**1 kg mazăre, 3 linguri unt, 3 ouă, 2 linguri rase făină, 1 pahar lapte, mărar tocat, sare.**

Se procedează la fel ca la sufleul de fasole verde (v. 100).






# Supe de legume

## 105 Supă de zarzavat cu smîntînă

**3 l apă, 1 morcov mic, 1 pătrunjel mic, 1 mînă de fasole verde, 2 cartofi, 3-4 roşii, 1 linguriță făină, 1 lingură unt, 1 linguriță pătrunjel şi mărar tocat, ½ pahar smîntînă, sare.**

Se pun la fiert morcovul, pătrunjelul şi ceapa, tăiate ca fideaua, fasolea tăiată bucățele, cartofii cuburi. După ce dau cîteva clocote, se adaugă roşiile curățate de pieliță, scuturate de sămînță, tăiate bucăți mici şi sarea.

Se face un rîntaş din făină cu unt şi se adaugă la supă, amestecînd încet. Se pune mărarul şi pătrunjelul tocat şi se lasă să mai fiarbă încet, acoperită, cîteva minute.

Se drege în farfurie cu cîte o lingură de smîntînă.

## 106 Supă de zarzavat I

**2 l apă, 2 morcovi mari, 1 țelină, 2 cartofi, 2 ardei graşi, 1 bucată de varză, 1 ceapă, 1 rădăcină pătrunjel.**

Se fierbe zarzavatul ca la 105 în oală acoperită timp de două ore. Se strecoară şi se adaugă sare.

## 107 Supă de zarzavat II

**3 l apă, 1 ceapă, 2 morcovi, 1 țelină, 1 pătrunjel, 2 cartofi, 2 ardei, 1 bucată varză, 1 roşie mare, 1 linguriță pătrunjel tocat, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, sare.**

Se fierbe zarzavatul în apă cu sare, la foc mic, timp de o oră şi jumătate. Se strecoară prin sită.

Se prăjeşte untul cu făina într-o cratiță şi se stinge cu supa strecurată, amestecînd cu lingura pentru a evita formarea cocoloaşelor. Se lasă să dea un clocot, două, şi se adaugă pătrunjelul tocat.

## 108 Supă de sfeclă

**3 l apă, 1 kg sfeclă roşie, 1 lingură făină, 1 lingură zahăr, 1 pahar smîntînă, 2 linguri oțet, sare, 1 linguriță unt, tăiței fierți sau pîine prăjită.**

Se curăță sfecla, se spală şi se dă pe răzătoarea de zarzavat. Se pune la fiert cu apa timp de 30-40 min (se fierbe în oala acoperită). Se strecoară şi în zeama strecurată se adaugă sarea, zahărul şi oțetul. După ce a dat un clocot, două, se pune untul frecat cu făina şi smîntîna, se amestecă şi se lasă să mai dea cîteva clocote. Se serveşte cu tăiței fierți sau cu pîine prăjită.

## 109 Supă de conopidă

**2 l apă, 1 conopidă mijlocie, 1 pătrunjel, 1 morcov, 1 ceapă, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, 1 linguriță mărar tocat, ½ pahar smîntînă, sare.**

Se dau pe răzătoare pătrunjelul, morcovul şi ceapa, şi se fierb în apă pînă cînd se înmoaie bine. Se strecoară, se adaugă sare şi un rîntaş făcut din făină şi unt, stins cu zeamă de zarzavat. Se adaugă conopida buchețele mici şi se lasă să clocotească încet pînă se fierbe conopida.
Se toarnă în castron peste mărarul tocat amestecat cu smîntîna.

## 110 Supă de roşii I

**1,5 l apă, 1 kg roşii, 1 morcov mare, 1 pătrunjel mare, 1 ceapă, 2 ardei graşi, 1 lingură mărar, pătrunjel şi leuştean tocat, 1 linguriță zahăr, 1 linguriță făină, 2 linguri ulei, 2 linguri orez, sare.**

Se spală roşiile, se rup şi se pun la fiert cu 0,5 l apă. Cînd roşiile s-au muiat se strecoară prin sită.
Se dă pe răzătoarea de zarzavat morcovul, pătrunjelul şi ceapa şi se pun la fiert cu 1 l apă, pînă ce tot zarzavatul se moaie. Apoi se strecoară şi la zeama de zarzavat se adaugă zeama de roşii, orezul, ardeii graşi tăiați în patru, sarea şi zahărul, lăsînd să fiarbă pînă cînd orezul este pe jumătate fiert. Se adaugă făina prăjită cu uleiul şi se lasă să mai fiarbă pînă cînd orezul este bine fiert. Se adaugă mărarul, părunjelul şi leuşteanul tocat.
Această supă este foarte gustoasă şi rece.

## 111 Supă de roşii II

**1,5 l apă, 1 kg roşii, 1 pătrunjel, 1 ceapă, 1 linguriță zahăr, 2 ardei graşi, 1 lingură orez, 1 linguriță făină, 1 lingură unt, ½ pahar smîntînă, 1 linguriță mărar tocat, sare.**

Se fierb roşiile şi zarzavatul ca la supa de roşii I (v. 110). Se amestecă zeama de zarzavat cu zeama de roşii, se adaugă sarea, zahărul, orezul şi ardeiul tăiat felii mari, precum şi un rîntaş făcut din unt şi făină şi stins cu supă. Se lasă să fiarbă pînă cînd este gata orezul şi se adaugă mărarul tocat. Înainte de a servi, se bate supa cu smîntîna. Se serveşte fierbinte.

## 112 Supă de cartofi (cremă)

**2 l apă, 500 g cartofi, 1 ceapă, 1 pahar smîntînă, 1 linguriță făină, 1 lingură pătrunjel tocat, 1 linguriță unt, sare, pîine prăjită.**

Se fierb cartofii tăiați cuburi mici împreună cu ceapa tocată mărunt. Cînd sînt fierți, se strecoară prin sită. Se trec cartofii prin sită şi se subțiază cu apa în care au fiert. Se adaugă sarea şi se pun la foc. Cînd supa începe să fiarbă, se adaugă smîntîna amestecată bine cu făina. Se lasă să dea un clocot, două, se pune pătrunjelul tocat şi untul. Se serveşte cu pîine prăjită.

## 113 Supă de spanac (cremă)

**3 l apă, 500 g spanac, 1 felie de lămîie cu coajă, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, ½ pahar smîntînă, sare, friganele.**

Se spală spanacul, se alege şi se pune la fiert cu apă. După ce a dat cîteva clocote, se ia de la foc şi se trece totul prin sită. Se pune din nou la fiert, adăugînd lămîia, sarea şi untul. Se mai lasă să dea cîteva clocote, apoi se drege cu făina amestecată cu smîntînă. Se serveşte cu friganele (v. 186).

## 114 Supă de morcovi (cremă)

**3 l apă, 500 g morcovi, 1 ceapă, ½ linguriță zahăr, 1 lingură unt, ½ pahar smîntînă, sare, pîine tăiată cuburi şi prăjită.**

Morcovii şi ceapa se taie ca fideaua şi se pun la fiert pînă cînd se moaie morcovii. Se strecoară apoi morcovii şi ceapa se trec prin sită. Se adaugă pireul obținut în zeama strecurată şi se pun din nou la fiert, cu zahărul, sarea şi untul. Se lasă să mai fiarbă cîteva minute şi se drege supa cu smîntînă cînd se toarnă în castron. Se serveşte cu pîine tăiată cuburi şi prăjită.

## 115 Supă de fasole boabe (cremă)

**3 l apă, 250 g fasole boabe, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă, 1 lingură unt sau ulei, pătrunjel verde tocat, sare, pîine tăiată cuburi şi prăjită.**

Fasolea, aleasă şi spălată, muiată de cu seară în apă călduţă, se scurge de această apă şi se pune la fiert cu apă călduţă proaspătă. După ce a dat 2-3 clocote, se schimbă apa. Se repetă această operaţie de trei ori.

În ultima apă se adaugă, în afară de fasole, ceapa, morcovul şi pătrunjelul. Se lasă să fiarbă acoperită la foc încet. Cînd fasolea este bine fiartă, se scoate zarzavatul (morcovul şi pătrunjelul), se strecoară, iar fasolea şi ceapa se trec prin sită şi se subţiază cu zeama strecurată. Se pune supa din nou la fiert, împreună cu o lingură de unt sau ulei şi sare. După ce dă un clocot două, se adaugă pătrunjelul tocat.

Se serveşte cu cuburi de pîine prăjită.

## 116 Supă de mazăre uscată (cremă)

**3 l apă, 250 g mazăre, 1 pătrunjel, 1 morcov, 1 ceapă, 1 linguriţă zahăr, 1 lingură unt sau ulei, 1 linguriţă mărar tocat, sare, pîine tăiată cuburi şi prăjită.**

Se prepară la fel ca supa de fasole spre deosebire că nu se schimbă apa. Se serveşte cu cuburi de pîine prăjită.

## 117 Supă de mazăre uscată cu smîntînă

**200 g mazăre, 2 cartofi, 1 ceapă, 1 linguriţă unt, 1 gălbenuş de ou răscopt, ½ pahar smîntînă, 1 linguriţă făină, sare, mărar tocat, pîine tăiată cuburi şi prăjită.**

Se fierbe mazărea cu zarzavatul (v. 116). Se strecoară şi se dau prin sită numai mazărea şi cartofii. Se subţiază cu apa în care a fiert şi se pune la fiert împreună cu gălbenuşul răscopt frecat cu untul, făina şi smîntîna şi subţiat cu puţină zeamă. Se amestecă bine, se adaugă sarea şi mărarul tocat şi se lasă să dea un clocot, două.

Se serveşte cu cuburi de pîine prăjită.

## 118 Supă de porumb verde

**6 ştiuleţi de porumb, 6 l apă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă, 2 pahare lapte, 1 lingură unt proaspăt, 1 lingură făină, 1 ou, sare, ½ linguriţă mărar tocat.**

Cu un cuţit foarte bine ascuţit se taie toate boabele de porumb de pe coceni. Se pun la fiert în apă cocenii împreună cu ceapa şi zarzavatul tăiat mărunt. După ce au fiert o oră,

se strecoară, iar zeama limpede se pune din nou la fiert împreună cu boabele de porumb, la foc mic, timp de 30 min. Se strecoară din nou, se trec boabele prin sită, se amestecă cu zeama strecurată şi se pun din nou la foc. Cînd începe să clocotească se adaugă făina amestecată cu laptele şi untul. După ce dă un clocot, două, se ia supa de la foc şi se serveşte dreasă cu un ou, puţină sare şi mărar tocat.

### 119 Supă de linte

**3 l apă, 250 g linte, 1 ceapă, 2 căţei usturoi, 2 linguri ulei, 1 linguriţă făină, ½ linguriţă cimbru pisat, sare.**

Se alege lintea, se spală şi se pune în apă călduţă de cu seară pînă a doua zi.
Se aruncă apa şi se pune la fiert cu 3 l de apă rece, ceapa tăiată mărunt şi căţeii de usturoi. Cînd lintea este aproape fiartă, se pune sarea şi se lasă să mai fiarbă pînă este gata. Se adaugă un rîntaş făcut cu făină de ulei şi jumătate linguriţă de cimbru, se stinge cu zeamă de linte şi se lasă să mai dea cîteva clocote.

### 120 Supă de chimen

**3 l apă, 1 ceapă mare, 2 morcovi mari, 1 pătrunjel mare, 1 ţelină, 1 lingură unt, 1 lingură făină, 1 lingură chimen, sare, sare, pîine tăiată cuburi şi prăjită.**

Zarzavatul tăiat ca tăiţeii se fierbe cu o lingură de chimen. Cînd este gata, se strecoară, se pune zeama din nou la foc şi se adaugă un rîntaş făcut din făină şi unt, şi sarea. Se lasă să mai dea cîteva clocote. Se serveşte cu cuburi de pîine prăjită în unt.

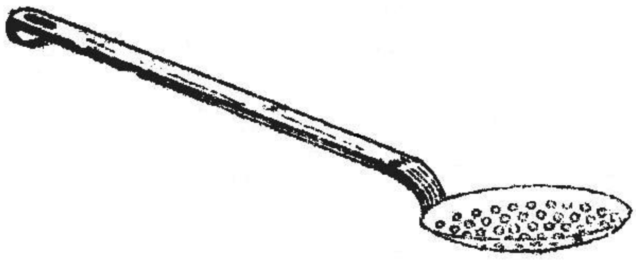
## Supe de carne

### 121 Supă de carne de vacă

**1 kg carne, 3 l apă, 2 morcovi, 1 pătrunjel, 1 ţelină, 1 ardei gras, 1 ceapă şi cîteva foi galbene de ceapă, 5 boabe ienibahar (facultativ), 1 foaie de dafin (facultativ), sare, tăiţei (găluşte, orez).**

Se pune la foc carnea bine spălată, împreună cu apa rece şi se lasă oala descoperită pînă ce se ridică spumă. Se spumează mereu cu lingura cu găuri pînă cînd nu se mai ridică spuma. Se adaugă zarzavatul, ienibaharul, foaia de dafin şi puţină

sare. Se acoperă oala, lăsînd numai o foarte mică deschizătură şi se lasă să fiarbă la foc mic 3 ore. Cînd este gata, se strecoară prin strecurătoarea de supă, într-o oală curată. Tot timpul supa trebuie să fiarbă în clocote mici, numai astfel se obține o supă gustoasă. Se serveşte cu garnitura dorită (tăiței, găluşte, orez etc.)



## 122 Supă de pasăre

**1 kg carne de pasăre, 3 l apă, 2 morcovi, 1 pătrunjel, 1 țelină, 1 ardei gras, 1 ceapă, 5 boabe ienibahar (facultativ), 1 foaie de dafin (facultativ), sare.**

Se prepară la fel ca supa de carne de vacă (v. 121). Se serveşte cu garnitură după gust.

## 123 Supă cu tăiței de casă

**Supă de carne de vacă sau de pasăre.**
**Tăiței: 1 ou, 1 lingură apă, făină, un praf sare.**

Se pregătesc tăiţeii (v. 163).
Se pot fierbe în supă sau separat în apă puțin sărată.
Se strecoară, se spală cu apă rece şi se servesc separat la masă.

## 124 Supă de orez

**Supă de carne de vacă sau de pasăre, pentru fiecare persoană ½ lingură orez.**

Se alege orezul, se spală în apă rece şi se pune în supă să fiarbă încet pînă ce este gata, amestecînd din cînd în cînd ca să nu se prindă de fundul oalei.
Se poate fierbe orezul şi separat în apă, apoi se adaugă în supă, după ce a fost spălat cu apă rece.

## 125 Supă cu găluşte de griş

**Supă de carne de vacă sau de pasăre.**
**Găluşte: 2 ouă, ½ linguriță unt (în lipsă, untură), 5-6 linguri griş, sare.**

Se freacă spumă untul cu ouăle. Se adaugă grişul puțin cîte puțin (ploaie) amestecînd mereu cu lingura. Se obține o pastă care trebuie să aibă consistența unei smîntîni groase. Se adaugă sare.

După ce supa a fost strecurată într-o cratiță curată, se pune pe foc. La primul clocot, se ia cu o linguriță muiată în unt din pasta de griş şi se dă drumul în supă care trebuie să fiarbă încet. După ce s-a pus toată pasta în felul arătat mai sus, se acoperă cratița lăsînd să fiarbă încet zece minute. Se ia capacul şi se întorc găluştele uşor. Se acoperă din nou şi se mai lasă să fiarbă zece minute. Se scot din cratiță cu lingura de spumă, se aşază în castronul de servit încet ca să nu se sfărîme şi se toarnă supa peste ele.

## 126 Supă cu zdrențe

**Supă de carne de vacă sau de pasăre.**

**Zdrențe: 2 ouă, 2-3 linguri făină, sare.**

Se bat ouăle spumă cu furculița, se adaugă făina puțin cîte puțin şi sarea. Se freacă cu lingura pînă cînd se obține o pastă groasă ca o smîntînă.

Se pune la foc supa strecurată într-o oală curată şi cînd dă primul clocot se toarnă pasta puțin cîte puțin, cu ajutorul furculiței. Se acoperă oala şi se lasă să dea 2-3 clocote.

## 127 Supă cu omletă

**Supă de carne de vacă sau de pasăre.**

**Omletă: 4 ouă, 1 lingură smîntînă, 1 lingură lapte, 1 linguriță unt, sare.**

Se prepară omleta (v. 251). Se răstoarnă pe un fund de lemn şi se taie ca tăițeii. Se aşază în castronul de supă şi se toarnă deasupra supa strecurată.

## 128 Supă cu orez şi smîntînă

**Supă de carne de vacă sau de pasăre.**

**4 linguri orez, 6 linguri smîntînă bună, 6 felii lămîie, sare.**

Se fierbe orezul în apă sărată. Cînd este fiert, se strecoară, se spală cu apă rece şi se lasă să se scurgă bine.

Se pun în castron orezul, feliile de lămîie şi se toarnă supa strecurată, fierbinte. Se adaugă smîntîna, amestecînd bine.

## 129 Supă cu ou

**Supă de carne de vacă sau de pasăre.**

**Un vîrf de cuțit sare de lămîie, 1 ou.**

Se bat în castronul de supă oul şi sarea de lămîie şi se toarnă supa treptat, amestecînd mereu cu lingura. Se serveşte cu orez fiert.

## 130 Supă cu brînză

**Supă de carne de vacă sau de pasăre.**
**3 linguri brînză de oi, rasă.**

Se rade brînza în castronul de supă şi se toarnă peste ea supa fierbinte şi strecurată. Se serveşte cu cuburi de pîine prăjită.

## 131 Bulion cu pateuri de carne

**1,250 kg carne de vacă, 3 l apă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 țelină, 1 ceapă, 1 foaie de dafin, 2-3 boabe ienibahar, sare.**

Carnea, bine spălată, se pune la fiert cu apă rece. Se spumează, se adaugă zarzavatul curățat şi tăiat în patru, ienibaharul şi foaia de dafin. Se lasă să fiarbă acoperit, la foc mic, o oră, se adaugă sarea şi se lasă să mai fiarbă două ore. Se scoate zarzavatul, se scoate carnea care va fi întrebuințată la umplutura pentru pateuri, iar supa se strecoară şi se degresează.

Se serveşte la ceşti cu pateuri cu carne (v. Aluat franțuzesc 632-633) sau cu clătite cu carne (v. 187).

# Ciorbe şi borşuri de legume

## 132 Borş de dovlecei

**1,5 l apă, 0,5 l borş, 1 ceapă, 1 morcov mic, 1 pătrunjel, 2 dovlecei mari, 3-4 roşii, 1 linguriță unt, ½ linguriță făină, smîntînă, sare, pătrunjel, mărar.**

Se pune la fiert în apă ceapa tăiată foarte mărunt cu morcovul şi pătrunjelul tăiați subțire. După ce zarzavatul a fiert, se adaugă borşul fiert, dovleceii curățați şi tăiați bucăți, sarea, pătrunjelul şi mărarul şi roşiile fierte separat şi strecurate.

Se lasă să fiarbă la foc încet. Cînd dovleceii sînt aproape gata, se adaugă făina prăjită în unt şi se mai lasă să dea cîteva clocote.

Se serveşte cu smîntînă.

## 133 Borş de fasole verde I

**2 l apă, 0,5 l borş, 300 g fasole verde, 1 morcov mic, 1 ceapă, 1 pătrunjel mic, 4 roşii, 1 ardei gras, 1 lingură ulei, ½ linguriță făină, verdeață, sare.**

Se pun la fiert în apă cu sare, morcovul, pătrunjelul şi ceapa tăiate foarte mărunt. Se adaugă fasolea tăiată în bucăți. Cînd începe să fiarbă, se lasă cîteva minute, apoi se adaugă arde-

iul gras şi roşiile curăţate de pieliţe şi seminţe, tăiate felii. Se prăjeşte făina cu uleiul, se stinge cu puţină zeamă de legume şi se adaugă în ciorbă, amestecînd cu lingura ca să evităm formarea cocoloaşelor. Se lasă să fiarbă pînă cînd fasolea este gata. Se adaugă borşul şi verdeaţă tocată şi se lasă să mai dea cîteva clocote. Această ciorbă se poate servi şi rece.

## 134 Borş de fasole verde II

**2 l apă, 300 g fasole, 1 morcov, 1 pătrunjel, 500 g roşii, 1 lingură unt, 1 linguriţă făină, ½ pahar smîntînă, verdeţă tocată, sare.**

Se prăjeşte zarzavatul foarte fin tăiat, în unt, împreună cu făina. Se stinge cu apa, se adaugă fasolea tăiată bucăţi, sarea şi se lasă să fiarbă la foc mic pînă cînd se moaie fasolea. Se adaugă roşiile fierte şi strecurate şi se lasă să mai fiarbă pînă cînd este complet gata. Se adaugă verdeaţa tăiată. Se drege cu smîntînă.

## 135 Borş de fasole boabe

**3 l apă, 250 g fasole boabe, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, ½ linguriţă făină, 2 linguri ulei, borş (după gust), pătrunjel şi mărar verde, sare.**

Se alege, se spală, şi se moaie fasolea de cu seară în apă călduţă. Se pune la fiert şi după ce a dat 2-3 clocote, se schimbă apa şi se pune din nou la fiert cu apă călduţă. Se repetă această operaţie de trei ori.

În ultima apă se adaugă în afară de fasole, ceapa, morcovul, pătrunjelul şi sare. Se acoperă oala şi se lasă să fiarbă pînă cînd se moaie fasolea. Se scoate zarzavatul şi se adaugă un rîntaş făcut din făină şi ulei, borşul fiert (cantitatea după gust) şi verdeaţa tocată. Se lasă să mai dea două clocote.

## 136 Ciorbă rusească fără carne

**3 l apă, 1 morcov mic, 1 pătrunjel mic, 1 ceapă mare, 1 mînă de fasole verde, 1 sfeclă roşie mică, ¼ varză mică, 2 ardei graşi, 1 lingură unt sau untură, 1 lingură mărar şi pătrunjel tocat, ½ linguriţă făină, sare, 1 pahar smîntînă.**

Morcovul, pătrunjelul şi ceapa se taie ca tăiţeii şi se pun la fiert. După ce a dat cîteva clocote, se adaugă fasolea tăiată bucăţi şi sfecla ca fideaua. Se lasă să fiarbă o jumătate de oră, apoi se adaugă varza şi ardeii tăiaţi ca fideaua, sare, roşiile curăţate de pieliţă şi seminţe şi tăiate bucăţi mici. Se prăjeşte făina cu uleiul, se stinge cu zeamă de legume, se

adaugă în ciorbă. Cînd zarzavatul este bine fiert, se pune verdeaţa tocată.
Se drege în farfurii cu cîte o lingură de smîntînă.

## 137 Ciorbă de salată

**2 l apă, 2 salate cu miez tare, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă mare, 1 căţel usturoi (facultativ), 1 lingură făină, 2 gălbenuşuri, 2 linguri smîntînă, 2-3 linguri oţet, pătrunjel tocat, sare.**
**Omleta din: 150 g slănină afumată, 4 ouă, 2 linguri lapte, sare.**

Morcovul, pătrunjelul, ceapa şi usturoiul se taie fin şi se pun la fiert cu apă ½ oră; se strecoară, aruncîndu-se zarzavatul. Între timp se freacă gălbenuşurile cu făina, smîntîna, sarea şi oţetul, apoi se adaugă cîte puţin din zeama de zarzavat strecurată amestecînd cu lingura fără întrerupere pînă cînd se termină toată zeama. Se pune la foc şi se adaugă salata, spălată bine şi tăiată bucăţi mari; se lasă să dea un singur clocot.
Se taie slănina bucăţi, se prăjeşte în tigaie şi se toarnă peste ouăle bătute cu lapte şi puţină sare. Omleta obţinută se taie fîşii ca tăiţeii mari, se pune în castron, iar peste ea se toarnă ciorba fierbinte. Se adaugă pătrunjelul tocat.

# Ciorbe şi borşuri de carne

## 138 Ciorbă rusească (cu carne)

**3 l apă, 500 g carne grasă de vacă, 500 g roşii, 1 morcov mic, 1 pătrunjel mic, 1 ardei gras, 10 păstăi fasole, 1 ceapă, 1 sfeclă roşie de mărimea unui cartof mare, 1 bucăt varză dulce, mărar şi pătrunjel verde tocat, sare, smîntînă.**

Se pune carnea tăiată bucăţi la fiert pe foc mic. Se spumează pînă nu se mai ridică altă spumă; se pune sarea şi se lasă să fiarbă încet, acoperit, pînă cînd carnea este aproape fiartă. Se adaugă sfecla, ceapa, morcovul şi pătrunjelul, totul tăiat ca tăiţeii. După ce a dat cîteva clocote, se pune ardeiul tăiat felii subţiri, fasolea tăiată pătrăţele şi varza tocată. Se lasă să mai dea cîteva clocote, apoi se adaugă roşiile curăţate de pieliţă şi seminţe şi tăiate bucăţi mici. Se lasă să mai fiarbă acoperit pînă cînd tot zarzavatul este fiert. Se pune pătrunjelul şi mărarul tocat.
Se serveşte dreasă în farfurii cu cîte o lingură de smîntînă.

## 139 Borş cu perişoare

**2 l apă, 0,500 l borş, 500 g roşii, 1 morcov mic, 1 pătrunjel mic, 1 ceapă, sare, verdeață.**
**Perişoare: 500 g carne de vacă, 1 lingură orez, 1 ou, 1 ceapă prăjită cu ½ lingură untură, sare, piper.**

Se pune în oala cu apă, ceapa, morcovul şi pătrunjelul tăiat foarte subțire împreună cu oasele de la carne. Se lasă să fiarbă bine, apoi se adaugă borşul fiert separat, sarea, verdeața şi roşiile fierte şi strecurate. Se lasă să fiarbă cîteva minute şi se adaugă perişoarele preparate din carnea tocată amestecată cu sarea, piperul, oul, ceapa prăjită şi orezul. Se lasă să fiarbă perişoarele.
Se poate servi dreasă cu cîte o lingură de smîntînă în fiecare farfurie.

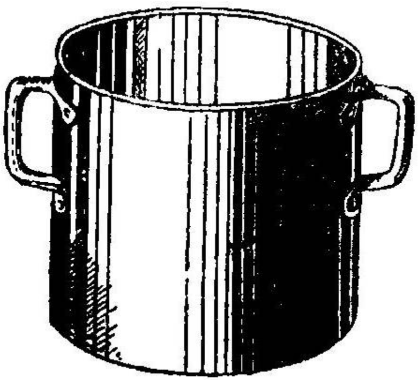
## 140 Borş de vițel

**750 g carne de vițel, 2 l apă, 1 l borş, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 țelină, 1 lingură orez, 1 linguriță leuştean tocat, 1 ou, sare.**

Se taie carnea în bucăți, se pune la fiert cu apa şi se spumează. Se adaugă sarea, morcovul, țelina, ceapa şi pătrunjelul tăiat în patru. Se lasă să fiarbă încet, acoperit, pînă cînd este gata carnea. Se scot bucățile de carne, se pun într-o oală curată, se scoate zarzavatul, iar zeama se strecoară şi se pune peste bucățile de carne. Se adaugă orezul spălat, borşul şi se lasă să fiarbă pînă cînd orezul creşte. Se adaugă leuşteanul tocat şi înainte de a servi se drege în castron cu un ou bătut.

## 141 Borş de dovlecei umpluți

**500 g carne de vacă, 2 l apă, 1 lingură orez, 1 morcov, 1 pătrunjel, 2 cepe, 1 lingură untură, 3 dovlecei tineri, 1 țelină, 1 lingură mărar şi pătrunjel tocat, sare, piper, borş (0,500-0,750 l, după gust), ½ pahar smîntînă.**



Se pun la fiert împreună cu oasele de la carne, pătrunjelul, morcovul, țelina şi o ceapă tăiate foarte mărunt. Între timp se rad dovleceii de coajă, se taie în două, se scobesc înăuntru şi se umplu cu carnea tocată împreună cu o ceapă uşor prăjită în untură, orezul spălat, sarea, piperul şi puțină verdeață.
După ce zarzavatul şi oasele sînt bine fierte, se strecoară, iar zeama se pune

la fiert cu dovleceii umpluți și cu borșul fiert și strecurat. Se adaugă sarea și se lasă să fiarbă pînă ce dovleceii sînt gata.
Se adaugă verdeața tocată și se servește borșul dres cu smîntînă.

## 142 Borş de miel

**750 g carne de miel, 2 l apă, 1 l borş, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 țelină, 1 lingură orez, 1 linguriță leuştean tocat, 1 ou, sare.**

Se prepară în acelaşi fel ca borşul de vițel (v. 140). Se drege cu un ou bătut sau cu cîteva linguri de smîntînă.

## 143 Borş de berbec

**750 g carne, 1 l apă, 0,5 l borş, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ardei gras, 5-6 roşii, 2 linguri orez, leuştean, sare.**

Se taie carnea bucăți, se pune la fiert cu apa și se spumează. Se adaugă sarea, ceapa, morcovul și pătrunjelul tăiate în două și se lasă să fiarbă acoperit la foc mic pînă cînd zarzavatul și carnea sînt fierte. Se scoate zarzavatul cu lingura de spumă și se aruncă. Se adaugă în cirobă ardeiul gras tăiat ca tăițeii, roșiile curățate de pieliță și semințe și tăiate bucățele, orezul și borșul fiert. Cînd orezul este fiert, se pune leușteanul tocat.

## 144 Ciorbă de potroace

**2 la apă, 1 l zeamă de varză, măruntaiele şi aripile de la o pasăre (găină, curcan, gîscă sau amestecate), 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă mare, ½ țelină, verdeață tocată (pătrunjel şi mărar), sare.**

Se fierb măruntaiele cu zarzavatul și ceapa, tăiate mărunt. Se spumează și se adaugă sare. Cînd carnea este fiartă, se adaugă zeama de varză fiartă separat, pătrunjelul și mărarul și se lasă să dea cîteva clocote.

## 145 Borş de pui

**1 pui tînăr, 2 l apă, borş (după gust), 1 pătrunjel, 1 morcov, 1 ceapă, 2 roşii, 2 linguri orez, ½ lingură mărar şi pătrunjel tocat, 1 ou, sare.**

Morcovul, pătrunjelul și ceapa tăiate ca fideaua se pun la fiert cu apa. Cînd zarzavatul este fiert pe jumătate, se adaugă puiul tăiat bucăți și măruntaiele lui, sarea, orezul spălat și roșiile fără pieliță și semințe și tăiate bucăți. Se spumează, se adaugă borșul fiert și strecurat (cantitatea după gust). Cînd bucățile de pui sînt aproape fierte, se adaugă verdeața. Se servește dres cu un ou bătut.

## 146 Borş de crap

**Capul şi coada de la crap, 2 l apă, 0,5 l borş, 1 morcov mic, 1 pătrunjel mic, 1 ceapă mare, 1 lingură orez, verdeaţă.**

Se pune apa la fiert cu zarzavatul tăiat mărunt adăugînd şi orezul. Cînd zarzavatul este aproape fiert, se adaugă peştele (de obicei bucăţile de la mijloc se păstrează pentru prăjit sau alte preparate din peşte), borşul fiert separat şi sarea, şi se lasă să fiarbă la foc mic pînă cînd peştele este gata (15-20 min). Se adaugă verdeaţa. Se poate servi fierbinte sau rece.

## 147 Borş cu perişoare de peşte

**2 l apă, 0,5 l borş sau zeamă de varză, 500 g crap sau ştiucă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 2 cepe, 1 ou, 1 lingură ulei, miezul de la o felie de pîine albă, 1 lingură mărar şi pătrunjel tocat, sare, piper.**

Se pun la fiert în apă o ceapă, morcovul şi pătrunjelul, toate tăiate felii subţiri, împreună cu capul şi coada de la peşte. De pe restul de peşte se trage pieliţa, se curăţă carnea de toate oasele şi se dă prin maşina de tocat împreună cu o ceapă puţin prăjită în ulei şi cu miezul de pîine muiat în lapte sau apă. Se amestecă cu un ou, puţină verdeaţă tocată, sare şi piper, şi se fac perişoare.

După ce peştele şi zarzavatul sînt bine fierte, se strecoară zeama, se scoate zarzavatul, iar carnea de pe coada şi capul peştelui se trece prin sită şi se adaugă la zeamă. Se pune la foc adăugînd perişoarele din peştele tocat, borşul sau zeama de varză.

Cînd este aproape gata se adaugă verdeaţa tocată.

## 148 Ciorbă de peşte cu zeamă de varză

**500 g peşte, 0,5 l apă, zeamă de varză, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă, leuştean, sare.**

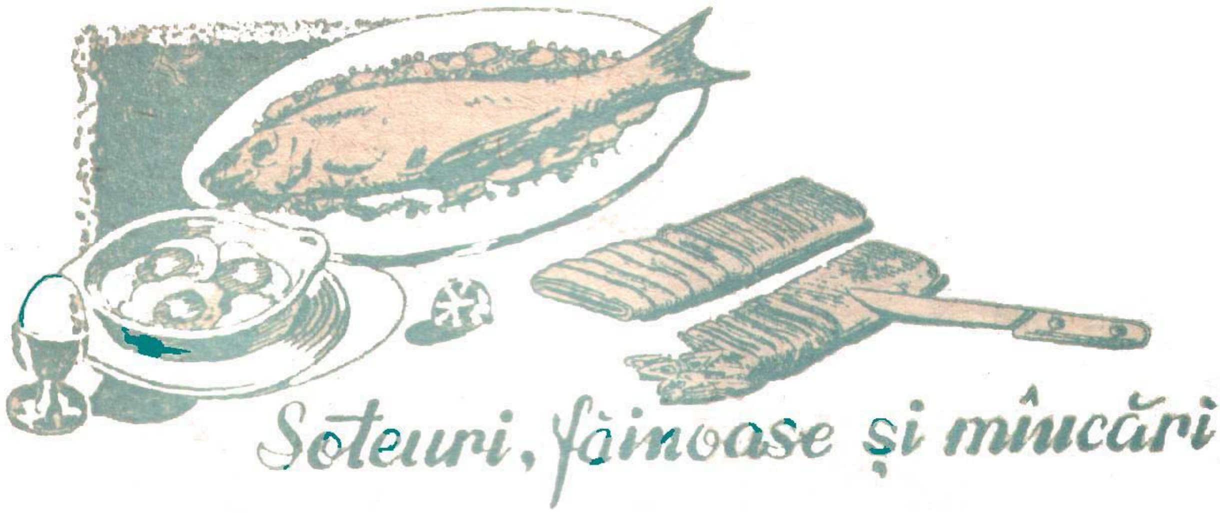
Se pun la fiert în apă zarzavatul şi ceapa. Cînd zarzavatul este aproape fiert, se adaugă zeama de varză. Se potriveşte după gust, adăugîndu-se încă apă sau zeamă de varză. După ce dă un clocot, se spumează, se adaugă peştele tăiat bucăţi şi se lasă să fiarbă încet 25-30 min. Se adaugă leuşteanul.

## 149 Ciorbă pescărească

**1,5 l apă, 0,5 l borş, 500 g peşte diferit (lin, somn, ştiucă, calcan etc.), 5-6 bucăţi de crap, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă mare, sare, un vîrf de cuţit piper pisat.**

Se taie zarzavatul mărunt şi se fierbe în apă. Cînd este gata se strecoară, se aruncă zarzavatul şi se adaugă peşte diferit, tăiat mărunt; zeama cu bucăţelele de peşte fierte se strecoară în altă oală, iar peştele se trece prin sită, înlăturîndu-se totodată şi oasele. Se pune oala la foc şi se adaugă bucăţile de crap, sarea şi piperul. După 15-20 min. cînd peştele este fiert, se adaugă borşul fiert separat şi verdeaţa, lăsînd să mai dea două clocote.
Se poate servi caldă sau rece.






# Soteuri

## 150 Mazăre păstăi cu unt

**1 kg mazăre păstăi, 2 linguri unt, un vîrf linguriță zahăr (facultativ), 1 linguriță mărar tocat, sare, friganele.**

Se curăță mazărea păstăi de ațe, se spală şi se fierbe în apă puțin sărată. Cînd este fiartă, se scurge bine de apă.
Se înfierbîntă untul într-o cratiță, se adaugă mazărea strecurată, sarea, zahărul şi se scutură cratița de cîteva ori. Se aşază pe farfurie, se presară cu mărarul tocat şi se serveşte cu friganele (v. 186).

## 151 Fasole verde cu unt

**1 kg fasole verde, 2 linguri unt, sare, crochete de griş.**

Se curăță, se spală şi se fierbe fasolea în apă sărată. Se înfierbîntă într-o cratiță untul, se adaugă fasolea strecurată şi sarea, şi se scutură cratița de cîteva ori ca să se amestece fasolea cu untul. Se serveşte fierbinte, cu crochete de griş (v. 178).

## 152 Fasole verde cu unt şi pesmet

**1 kg fasole verde, 3 linguri unt, 2 linguri pesmet alb, sare.**

Se curăță, se spală şi se fierbe fasolea în apă sărată. Se înfierbîntă într-o cratiță untul şi se prăjeşte puțin cu pesmetul, se adaugă fasolea scursă bine de apă, sarea, şi se scutură de cîteva ori cratița ca să se amestece fasolea cu untul şi pesmetul.

## 153 Mazăre verde cu unt

**1 kg mazăre, 2 linguri unt, ½ linguriță zahăr (facultativ), 1 linguriță mărar, sare.**

Se curăță mazărea, se spală şi se pune la fiert cu puțină sare. Cînd este fiartă, se scurge bine de apă şi se pune pe foc într-o cratiță împreună cu untul, sarea, zahărul şi mărarul. Se lasă cîteva minute la foc mic, scuturînd cratița ca să se amestece mazărea cu untul.

## 154 Varză de Bruxelles cu unt

**1 kg varză de Bruxelles, 3 linguri unt, 1 lingură pesmet , sare.**

Se aleg verzişoare mici, se curăță de frunzulițele galbene, se spală bine în cîteva ape şi se pun la fiert în apă cu sare, la foc iute, cam 20 min. Se scurg bine de apă.
Se pune într-o cratiță untul şi se prăjeşte cu pesmetul astfel încît să se rumenească puțin. Se adaugă varza şi se mai ține pe foc cîteva minute, scuturîndu-se cratița pînă ce se amestecă verzişoarele cu pesmetul prăjit. Se potriveşte de sare.

## 155 Legume asortate cu unt I

**250 g morcovi, 250 g țelină, 2-3 gulii, 1 linguriță zahăr, 2 linguri unt, sare.**

Se prepară ca şi morcovii cu unt (v. 161). Se serveşte ca garnitură sau cu crochete de griş (v. 178).

## 156 Legume asortate cu unt II

**200 g cartofi, 200 g morcovi, 200 g mazăre boabe, 2 linguri unt.**

Se curăță şi se fierbe fiecare legumă separat, în apă sărată (cartofii întregi, morcovii întregi şi mazărea boabe). Cînd sînt gata, cartofii şi morcovii se taie cuburi. Se serveşte ca garnitură la friptură, aranjînd pe o farfurie în jurul bucăților de friptură un rînd de mazăre, unul de morcovi şi unul de cartofi. Peste legume se toarnă untul bine înfierbîntat.

## 157 Legume asortate cu unt III

**½ conopidă, 250 g carote, 250 g mazăre boabe, 250 g cartofi noi, 2 linguri unt, 1 lingură pesmet, sare.**

Într-o cratiță cu apă sărată, se fierb împreună cu conopida, spălată şi desfăcută buchețele mici, şi cartofii întregi, aleşi cît se poate de mici. În altă cratiță se fierbe înăbuşit mazărea boabe cu două linguri de apă sărată. În a treia cratiță se fierb carotele, tăiate ca tăițeii, cu o bucățică de unt şi două linguri de apă sărată.

Cînd legumele sînt fierte, se scot din apă conopida şi cartofii cu lingura de spumă. Se aşază conopida la mijlocul unei farfurii mari, rotunde, de servit. În jurul ei se aranjează carotele, în jurul carotelor mazărea, iar în jurul mazării cartofii.
Se prăjeşte pesmetul în unt şi se toarnă peste legume. Se serveşte fierbinte.

## 158 Varză dulce cu unt şi pesmet

**1 varză mijlocie, 3 linguri unt, 2 linguri pesmet, sare.**

Se curăță varza de primul rînd de foi, se taie în şase şi se pune la fiert în apă sărată. Cînd este gata, se scurge bine de apă, se taie cu cuțitul coceanul, se aşază într-o farfurie de piatră sau de sticlă de Iena, unsă cu puțin unt.
Se prăjeşte untul cu pesmetul şi se pune în strat uniform (se toarnă) peste varză. Se dă la cuptor ca să se înfierbînte. Înainte de a servi se mai stropeşte cu puțin unt fierbinte.

## 159 Conopidă cu unt şi pesmet

**1 conopidă mijlocie, 3-4 linguri unt, 2 linguri pesmet, sare.**

Conopida, curățată şi spălată, se pune la fiert în apă sărată. Cînd este fiartă, se scoate cu lingura de spumă, se scurge de apă, se aşază pe farfurie şi peste ea se toarnă pesmetul prăjit în unt. Se serveşte fierbinte.

## 160 Morcovi cu unt şi smîntînă

**500 g morcovi, 1 lingură unt, 1 linguriță zahăr (facultativ), ½ pahar smîntînă, ½ linguriță de făină, sare.**

Se curăță morcovii, se spală, se taie fîşii ca tăițeii sau cuburi mici şi se pun la fiert cu untul, sarea, zahărul şi 2-3 linguri de apă. Se lasă să fiarbă acoperit, înăbuşit, la foc mic, adăugînd cîte 2-3 linguri de apă pe măsură ce scade. Cînd morcovii sînt fierți, se adaugă smîntîna amestecată cu o linguriță de făină. Se lasă să mai dea un clocot, două. Se serveşte cu crochete de griş (v. 178).

## 161 Morcovi cu unt

**500 g morcovi tineri, 1½ lingură unt, 1 linguriță zahăr (facultativ), sare.**

Se rad morcovii, se spală, se taie fie ca tăițeii, fie cuburi, şi se opăresc cu apă clocotită. Se strecoară şi se pun într-o cratiță împreună cu untul fierbinte, zahărul, sarea şi puțină apă (numai atît, cît este necesar să acopere fundul cratiței). Se acoperă

şi se lasă să fiarbă înăbuşit la foc mic. Din cînd în cînd se scutură, adăugîndu-se după nevoie cîte o lingură de apă pînă ce morcovii se moaie bine. Se serveşte cu crochete de griş sau ca garnitură la chiftele prăjite, şnițel sau friptură.

### 162 Sfeclă cu unt şi smîntînă

**1 kg sfeclă, 1 lingură unt, 1 linguriță zahăr, 1 lingură oțet, ½ pahar smîntînă, sare.**

Se alege sfeclă roşie, se fierbe sau se coace în cuptor, se curăță de coajă şi se taie fie ca tăițeii, fie cuburi. Se pune într-o cratiță împreună cu untul fierbinte, 2-3 linguri de apă, zahărul şi sarea. Se acoperă şi se lasă să fiarbă înăbuşit timp de 10-15 min. Se adaugă smîntîna şi oțetul, şi lasă să mai fiarbă încet pînă cînd scade zeama. Nu se amestecă cu lingura. Se scutură cratița din cînd în cînd. Se poate servi şi ca garnitură la fripturi sau la chiftele prăjite.

## Făinoase

### 163 Tăiței

**3 ouă, 1 ceşcuță cu apă, făină cît cuprinde, ½ linguriță sare.**

Se cerne făina pe planşeta de aluat, se face o gaură la mijloc în care se pun ouăle şi se amestecă cu puțină făină, apoi se adaugă apa şi sarea şi se frămîntă un aluat cît se poate de tare. Se împarte în trei, apoi fiecare treime se mai frămîntă puțin, se adună ca o minge, se acoperă şi se lasă 5-10 min să se odihnească.

Din fiecare bucată de aluat se întinde cîte o foaie cît se poate de subțire, se aşază pe un şervet presărat cu făină şi se lasă să se usuce. Cînd foile sînt pe jumătate uscate, se taie în lungimea foii fîşii late de 2-3 cm, se aşază 4-5 fîşii una peste alta şi se taie, cu un cuțit foarte bine ascuțit, cît se poate de subțire.

Se împrăştie tăițeii pe o masă acoperită cu față de masă şi se lasă să se mai usuce 15-20 min după care pot fi întrebuințați.

### 164 Iofca

**Aceleaşi cantități ca la tăiței (v. 163).**

Se prepară un aluat la fel ca la tăiței. Fîşiile aşezate una peste alta se taie în bucăți de lățimea unui deget.

Se împrăştie pe o masă acoperită cu față de masă şi se lasă să se usuce 20-25 min.

## 165 Tăiţei cu nuci

**5 mîini de tăiţei, 4 linguri zahăr, 5-6 linguri nuci pisate, puţină vanilie sau scorţişoară pisată.**

Se fierb tăiţeii în apă puţin sărată. Se strecoară, se spală cu apă rece, lăsîndu-i să se scurgă bine. Se amestecă apoi cu zahărul, nucile, scorţişoara sau vanilia.
Tăiţeii se pot înlocui cu macaroane sau spaghete.

## 166 Macaroane cu brînză sau parmezan

**350 g macaroane, 3 l apă, sare, 3-4 linguri brînză sau parmezan (ras), 3 linguri unt sau untură.**

Se pune la fiert apa cu sare. Cînd apa începe să clocotească se pun macaroanele rupte în bucăţi sau întregi. Cînd încep să fiarbă, se dau la foc mic, să fiarbă încet pînă cînd sînt gata. Se strecoară şi se spală cu apă rece.
Se înfierbîntă într-o cratiţă untul, se pun macaroanele bine scurse de apă, se adaugă două linguri brînză sau parmezan, se amestecă şi se dau la cuptor pentru cîteva minute.
Se servesc fierbinţi aşezate pe farfuria de servit şi presărate cu restul de brînză sau parmezan ras.

## 167 Macaroane cu brînză şi sos de roşii

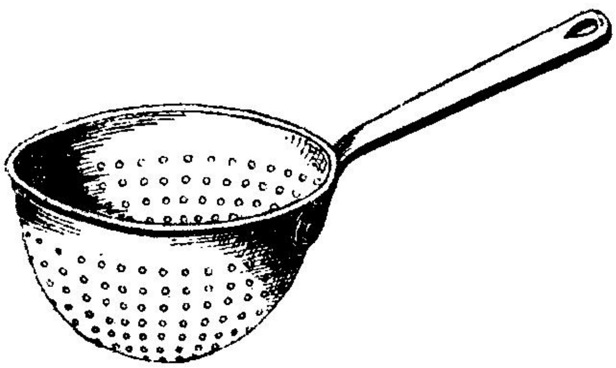
**Aceleaşi cantităţi ca la macaroanele cu brînză, în plus sos de roşii.**

Se prepară la fel ca macaroanele cu brînză. Se face un sos de roşii scăzut din 400 g roşii şi o linguriţă de zahăr. Cînd se servesc, se toarnă sosul peste macaroane şi se presară cu brînză.

## 168 Macaroane cu carne

**250 g macaroane, 300 g carne macră, 2 cepe, 3 linguri untură, sare, piper.**

Se fierb macaroanele în 3 l apă curată, se scurg şi se spală. Se prăjeşte ceapa tăiată foarte mărunt cu două linguri de untură. Cînd începe să se îngălbenească, se adaugă carnea fiartă şi tocată, sarea, piperul şi se lasă să se prăjească puţin. Se pune într-o cratiţă o lingură de untură să se încingă, se pun macaroanele scurse bine de apă şi carnea tocată şi prăjită, se amestecă şi se dă la cuptor pentru cîteva minute.



## 169 Colţunaşi cu brînză de vacă

**350 g făină, 1 ou, ½ pahar apă, sare, 250 g brînză de vacă frămîntată cu 1 ou şi puţină sare, 2 linguri unt, 1 pahar smîntînă.**

Se cerne făina pe planşeta de aluat, se strînge cuib, se face loc la mijloc şi se pun oul şi sarea. Se amestecă oul cu puţină făină, adăugînd şi cîte puţină apă. Se frămîntă apoi un aluat tare. Se adună în formă de minge, se acoperă cu un şervet şi se lasă să se odihnească 10-15 min.

Se întinde cu vergeaua o foaie subţire ca muchea cuţitului şi se taie pătrate cu latura de 6-7 cm.

În fiecare pătrat se pune cîte puţină brînză şi se împătureşte în două în formă de triunghi, lipindu-se bine marginile. Fiecare colţunaş se aşază, pe măsură ce este făcut, pe masa acoperită cu un şervet.

Cînd toţi colţunaşii sînt gata, se pun într-o cratiţă mare cu apă sărată, clocotită, aşezată pe foc. Se lasă să fiarbă pînă cînd colţunaşii se ridică la suprafaţa apei. Se scurg prin strecurătoare, se spală cu apă călduţă, se aşază pe farfurie şi se opăresc cu unt bine înfierbîntat. Se pot servi şi cu smîntînă.

## 170 Colţunaşi umpluţi cu carne crudă

**Aluat cu colţunaşi făcut din aceleaşi cantităţi şi în acelaşi fel ca la colţunaşi cu brînză de vacă (v. 169).**

**Umplutura: 300 g carne macră, 1 ceapă mare, 1 lingură untură, piper, sare, 2 linguri untură pentru opărit colţunaşii.**

Se dă carnea prin maşina de tocat, se adaugă sarea, piperul şi ceapa foarte fin tăiată şi puţin prăjită într-o lingură de untură, şi se amestecă totul bine. Cu această umplutură se fac colţunaşii. Se fierb în apă sărată, se spală cu apă călduţă şi se opăresc cu untură fierbinte. Se servesc fierbinţi.

## 171 Colţunaşi umpluţi cu carne fiartă

**Aceleaşi cantităţi ca la colţunaşi umpluţi cu carne crudă (v. 170).**

Carnea fiartă în supă se dă prin maşină, apoi se prăjeşte împreună cu o ceapă fin tocată şi puţin prăjită într-o lingură de untură. Se fac colţunaşii la fel ca acei cu brînză de vacă (v.169). Se servesc la fel cu colţunaşii umpluţi cu carne crudă.

## 172 Colţunaşi cu vişine

**Pentru aluat aceleaşi cantităţi ca la colţunaşi cu brînză de vacă (v. 169).**

**Umplutura: 500 g vişine coapte, ¾ pahar zahăr tos, 1 pahar smîntînă.**

Se spală bine vişinele, se scot sîmburii şi se lasă în strecură-

rătoare presărate cu puţin zahăr. În acest timp se pregăteşte aluatul.
Înainte de a umple colţunaşii, vişinele aflate în strecurătoare se apasă bine cu lingura ca să se scurgă zeama din ele. Această zeamă se amestecă cu 3 linguri de zahăr şi se pun la rece.
Se umplu colţunaşii, se fierb, se scurg şi se spală în multă apă rece. Se lasă să se scurgă bine de apă, se aşază pe farfuria de servit, se presară cu restul de zahăr şi se toarnă pe deasupra zeama de vişine amestecată cu smîntîna. Se servesc reci.

## 173 Blinele de cartofi

**500 g cartofi, ½ pahar făină, 25 g drojdie, 2 linguri ulei sau untură, ¼ pahar lapte, 1 lingură zahăr, sare, smîntînă.**

Cartofii curăţaţi şi bine spălaţi se dau prin răzătoare deasă. Se pun într-un castron, se adaugă zahăr, un praf de sare, drojdia amestecată cu laptele şi făina.
Se amestecă totul bine, se acoperă şi se lasă la loc cald să crească. După ce s-a ridicat, se ia cîte o lingură plină, se pune în untură sau ulei fierbinte şi se prăjeşte pe ambele părţi.
Se servesc fierbinţi cu smîntînă.

## 174 Gogoşi din cartofi

**4 cartofi mari, 50 g drojdie, 200 g smîntînă, 3 gălbenuşuri, sare, făină cît cuprinde la frămîntat, 1 pahar ulei pentru prăjit, şuncă tocată sau brînză de oi.**

Se coc cartofii în coajă, apoi se curăţă şi se dau pe răzătoare sau prin sită (operaţia trebuie făcută cînd cartofii sînt fierbinţi). Se pun într-un vas, se adaugă drojdia amestecată cu smîntîna şi gălbenuşurile, sarea, şi se frămîntă cu făină un aluat nu prea tare. Se acoperă vasul cu un şervet şi se lasă să crească la foc cald. După ce a crescut bine, se întinde cu vergeaua pe planşeta de aluat o foaie de grosimea unui creion.
Se taie rotogoale cu paharul, se aşază pe un rotogol puţină şuncă tocată sau brînză de oi frămîntată cu un ou, se acoperă cu alt rotogol şi se apasă marginile ca să se lipească.
Se prăjesc în ulei bine înfierbîntat şi se servesc fierbinţi, la ceai.

## 175 Găluşte cu prune

**500 g cartofi, 2 ouă, 2-3 linguri făină, sare, prune (cam 500 g), 3 linguri unt, 2 linguri pesmet, ½ pahar zahăr pudră.**

Cartofii bine spălaţi se pun la fiert în coajă. Cînd sînt gata, se curăţă şi se strivesc cu presa de strivit cartofi sau, în lipsa

acesteia, se dau prin maşina de tocat carne. Pasta de cartofi se pune într-un castron şi se amestecă cu ouăle, făina, o linguriță de zahăr şi puțină sare.
Se face din această compoziție un sul gros de trei degete, din care se taie bucăți de grosimea unui deget. Fiecare bucățică se întinde cu mîna şi în ea se înfăşoară cîte o prună fără sîmbure, se rotunjeşte frumos cu mîna muiată în făină.
Cînd toate găluştele sînt gata, se fierb în apă sărată clocotită. Cînd găluştele se ridică la suprafața apei sînt fierte.
Se scot încet cu lingura de spumă şi se tăvălesc în pesmet rumenit în unt, astfel ca fiecare găluşcă să se îmbrace frumos în pesmet.
Se aşază pe farfurie şi se presară cu zahăr pudră vanilat.
Se servesc calde.

## 176 Găluşte cu caise

**Aceleaşi cantități ca la găluşte cu prune (v. 175).**

Se prepară la fel ca găluştele cu prune. Se vor alege caise mici, coapte şi tari.

## 177 Găluşte cu brînză

**Pentru aluat aceleaşi cantități ca la găluşte cu prune (v. 175) 2-3 linguri brînză de oi, 2 linguri unt sau untură.**

Se prepară un aluat la fel ca la găluşte cu prune. Din acest aluat se formează cu mîna perişoare mici care se fierb în apă puțin sărată. Se opăresc cu unt sau untură, se presară cu brînză şi se servesc fierbinți.

## 178 Crochete de griş

**1 pahar griş, 2 pahare lapte, 1 ou, 1 linguriță unt, 1 lingură făină, 1 lingură untură pentru prăjit, sare.**

Se pune la fiert laptele; cînd clocoteşte se toarnă grişul puțin cîte puțin, făcîndu-l să curgă ploaie. Se amestecă neîncetat pentru a se evita formarea cocoloaşelor, lăsînd să fiarbă încet pînă ce capătă consistența unei mămăligi moi. Se dă la o parte de la foc, se adaugă untul şi sarea, se amestecă, iar după ce s-a răcit, se adaugă oul bătut, amestecîndu-se bine.
Din această compoziție se ia cîte o lingură şi se formează cu mîna, tăvălind prin făină, crochete de mărimea unui mititel.
Se prăjesc în untură fierbinte şi se servesc la soteuri.

## 179 Orez cu lapte I

**1 pahar orez, 3 pahare lapte, 1 pahar apă, 1 bucățică vanilie baton, zahăr (după gust), un praf sare, dulceață (sirop, frişcă).**

Se pune la fiert laptele cu apa şi vanilia. Cînd începe să clocotească, se adaugă orezul ales şi bine spălat, şi se lasă să fiarbă la foc mic, amestecînd din cînd în cînd ca să nu se prindă de fundul cratiței. Este gata cînd bobul de orez poate fi strivit cu uşurință între degete.
Se scoate vanilia, se aşază orezul pe farfurie şi se serveşte cald sau rece, cu dulceață, fructe din dulceață, sirop sau frişcă.

## 180 Orez cu lapte II

**1 pahar orez, 3 pahare lapte, 1 pahar apă, 1 bucățică vanilie baton, zahăr (după gust), un praf sare, un păhărel de rom, 2 gălbenuşuri, 1 lingură unt, frişcă (fructe din dulceață).**

Se prepară la fel ca rețeta 179. După ce este gata, se ia de la foc, se adaugă sare, un păhărel de rom, gălbenuşurile, untul şi se amestecă bine.
Se aşază pe farfuria de servit şi se garniseşte cu frişcă şi cu fructe din dulceață.

## 181 Griş cu lapte

**1 pahar griş, 3 pahare lapte, 1 pahar apă, 1 bucată vanilie baton, zahăr (după gust), un praf sare, sirop de fructe, (dulceață, sos de zahăr ars).**

Se pune la fiert laptele cu apa şi vanilia. Cînd începe să fiarbă, se adaugă cu o mînă grişul în ploaie, iar cu cealaltă se amestecă neîncetat ca să nu se formeze cocoloaşe. După ce s-a pus tot grişul, se adaugă zahărul şi sarea şi se lasă să fiarbă încet pînă ce grişul absoarbe laptele, fără să fie însă prea tare, întrucît trebuie să se țină seama că grişul se întăreşte după răcire. Se scoate vanilia, se aşază pe farfurie. Se serveşte rece, cu sirop de fructe, dulceață sau sos de zahăr ars (v. 664).

## 182 Griş cu lapte şi ciocolată în formă de şarlotă

**100 g griş, 1 l lapte, 150 g zahăr, 75 g ciocolată rasă (sau 3 linguri cacao), 1 păhărel de rom, 25 g unt, un praf sare, frişcă.**

Se pune la fiert laptele cu zahărul, untul şi ciocolata. Cînd începe să clocotească, se adaugă sarea şi grişul, puțin cîte puțin, în ploaie, amestecînd neîncetat. Se fierbe pînă se îngroaşă ca o cremă.
Se ia de la foc, se adaugă un păhărel de rom, seamestecă bine şi se pune în forma de şarlotă udată cu apă rece. Se ține la

gheață cîteva ore, apoi se scoate pe farfurie, lipind farfuria de buzele formei și răsturnînd. Se garnisește cu frișcă.

## 183 Griș cu fructe în formă de șarlotă

**750 g apă, 500 g fructe (vișine sau zmeură, căpșuni, fragi, coacăze), 3-4 linguri zahăr, 150 g griș, 1 praf vanilie.**

Se pun la fiert fructele spălate cu apa. După ce dau cîteva clocote, se iau de la foc, se lasă să se răcească, apoi se dă printr-o sită de păr, zeama împreună cu fructele.

Se pune la fiert, adăugînd zahărul, vanilia și grișul puțin cîte puțin, în ploaie, amestecînd mereu pînă se îngroașă ca o cremă. Se ia de la foc și se bate cu telul ca să devină spumoasă, apoi se toarnă într-o formă de șarlotă sau de budincă, udată cu apă rece, și se ține la gheață 2-3 ore.

Înainte de a servi, se răstoarnă pe o farfurie și se garnisește cu cîteva fructe crude.

## 184 Papanași prăjiți

**250 g brînză de vacă, 2 ouă, 3 linguri făină, 2 linguri untură, sare, smîntînă (facultativ), zahăr pudră.**

Se freacă brînza cu gălbenușurile, se adaugă făina, sarea, și albușurile bătute spumă. Se ia cu lingura din compoziție și se formează găluște lunguiețe și turtite, care se dau prin făină. Se prăjesc în untură fierbinte și se servesc presărate cu zahăr pudră și, după dorință, cu smîntînă.

## 185 Papanași fierți

**250 g brînză de vacă, 2 ouă, 3 linguri făină, 2 linguri untură, sare, smîntînă (facultativ).**

Se freacă brînza cu gălbenușurile, se adaugă făina, sarea, și albușurile bătute spumă. Pe planșeta pentru aluat se presară făina și se pune compoziția în formă de sul turtit, gros de două degete. Se presară cu puțină făină și se taie bucăți late de 3 cm. Se fierb în apă sărată clocotită, pînă cînd papanașii se ridică la suprafața apei. Se scot cu lingura de spumă, se așază pe farfurie și se opăresc cu unt înfierbîntat.

Se servesc fierbinți cu sau fără smîntînă.

## 186 Friganele

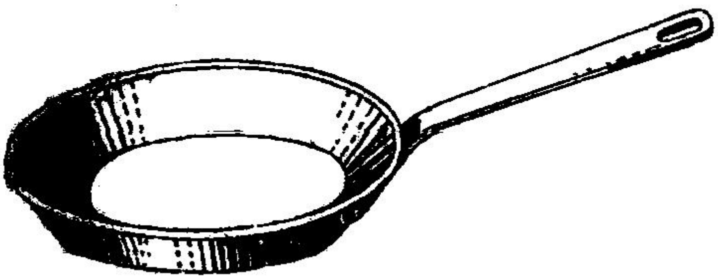
**12 felii de franzelă groase de 1 cm, 1 ou, 1 linguriță zahăr, 1 pahar lapte, 2 linguri untură, sare.**

Se bate oul spumă, se adaugă laptele, zahărul și puțină sare. Se moaie feliile de franzelă și se prăjesc pe ambele părți în untură bine înfierbîntată. Se servesc la soteul de mazăre.

## 187 Clătite

**2 ouă, 1 ceaşcă făină, 1 ceaşcă lapte, un praf sare, dulceață (marmeladă, brînză, carne)**

Se pune într-un castron o ceaşcă de făină, se adaugă ouăle şi sarea, se amestecă bine cu o lingură de lemn pînă ce ouăle au luat toată făina, turnînd puțin cîte puțin lapte rece şi amestecînd mereu pînă ce se termină toată ceaşca de lapte. Compoziția trebuie să fie ca o smîntînă subțire. Dacă este nevoie, se mai adaugă puțin lapte, sau făină. Se pune o tigaie cu coadă pe foc şi se înfierbîntă, se unge cu o pană cu unt sau ulei, se toarnă o lingură plină din compoziție în tigaie, mişcînd tigaia ca să se acopere tot fundul. Cînd începe să se rumenească, se întoarce pe partea cealaltă. Clătitele se umplu cu dulceață, marmeladă, brînză sau carne.



## 188 Mămăliguță la cuptor

**3 pahare lapte, mălai, sare, 250 g brînză de oi, 200 g unt, 3 ouă.**

Se prepară o mămăliguță pripită, înlocuind apa cu lapte, se adaugă 100 g brînză rasă, 100 g unt şi sare dacă mai este nevoie. Se lasă să se răcorească puțin, apoi se amestecă cu trei ouă bătute spumă.

Se unge o formă de copt sau o cratiță cu puțin unt, se aşază jumătate din mămăliguță, se presară cu restul de brînză şi de unt tăiat bucățele, acoperindu-se cu restul de mămăliguță. Se unge deasupra cu puțin unt şi se dă la cuptor pentru 20-30 min. Se serveşte fierbinte.

# Mîncări de legume şi ciuperci

## 189 Iahnie de cartofi

**1 kg cartofi, 2 cepe, 5 linguri ulei, 1 linguriță boia, 2 linguri bulion, 1 linguriță făină, 1 foaie de dafin, sare.**

Se curăță cartofii, se spală, se taie în bucăți potrivit de mari, se prăjesc puțin în cratița cu ulei încins, adăugînd şi ceapa tocată mărunt. Cînd aceasta începe a se îngălbeni, se presară

făina, se amestecă cu cartofii adăugînd bulionul, boiaua, sarea şi foaia de dafin. Se pune apă cît să acopere cartofii şi se lasă să fiarbă încet pînă cînd este gata. Mîncarea trebuie să fie scăzută.

## 190 Ciulama de cartofi

**4-5 cartofi mari, 1 ceapă, 1 morcov mic, 1 pătrunjel mic, 2-3 linguri făină, 2 linguri unt sau untură, ½ pahar lapte, sare.**

Se curăță morcovul, pătrunjelul şi ceapa, se spală şi se taie ca fideaua, punîndu-se la fiert cu ½ litru apă. Cînd este fiert zarzavatul, se strecoară şi se aruncă, se pun cartofii tăiați bucăți în zeama de zarzavat, sarea şi laptele, şi se lasă să fiarbă pînă cînd sînt fierți cartofii.

Se prăjeşte în altă cratiță făina cu untul sau cu untura pînă capătă culoare aurie şi se stinge cu zeama în care au fiert cartofii, mestecînd cu lingura ca să nu se facă cocoloaşe. Se pun apoi şi cartofii şi se lasă să mai dea 2-3 clocote. Se serveşte fierbinte.

## 191 Pire de cartofi

**500 g cartofi, 1 lingură unt, 1 linguriță zahăr, ¾ pahar lapte, sare.**

Cartofii, curățați şi spălați, se fierb în apă sărată. Cînd sînt bine fierți (foarte moi), se scurg de apă şi se strivesc cu presa de cartofi. Se pun într-un vas, se adaugă untul, sarea, zahărul, laptele; se amestecă, apoi se bat cu lingura de lemn pînă ce se obține o pastă spumoasă. Se acoperă vasul şi se ține la cuptor 10-15 min. Se serveşte fierbinte ca garnitură la fripturi şi tocături.

## 192 Cartofi prăjiți pai

**500 g cartofi, 5 linguri untură sau ulei, sare.**

Se curăță cartofii, se spală şi se taie ceva mai gros ca tăițeii. Se sărează şi se lasă să stea cu sarea cîteva minute. Se usucă apoi cu un şervet perfect curat şi se prăjesc în untura bine înfierbîntată. Se scot din tigaie cu lingura de spumă, scurgîndu-se de untură şi se servesc fierbinți ca garnitură la fripturi şi tocături. Untura rămasă se scurge, se strecoară şi se păstrează pentru a fi folosită altă dată.

## 193 Cartofi cu brînză la cuptor

**1 kg cartofi, 200 g brînză de oi, 3 ouă, 1 pahar smîntînă, 100 g unt sau untură, sare.**

Se spală bine cartofii şi se fierb în coajă; cînd sînt fierți se curăță şi se taie felii potrivit de subțiri.

Într-o tavă unsă bine cu unt se aşază un rînd de cartofi, se presară puţină brînză strivită mărunt, apoi din nou un rînd de cartofi, şi iar se presară brînză. Se repetă această operaţie pînă ce se pun toţi cartofii şi toată brînza. Se toarnă pe deasupra ouăle bătute şi amestecate cu smîntîna, se sărează puţin, şi se împrăştie pe toată suprafaţa bucăţele de unt. Se dă la cuptor 25-30 min. Se serveşte fierbinte.
Se poate coace în tavă de metal, vas de piatră sau vas de lemn.

## 194 Cartofi ungureşti

**750 g cartofi, 2-3 cepe mari, 3-4 linguri untură, sare piper.**

Se spală cartofii şi se fierb în coajă. Cînd sînt gata, se curăţă de coajă şi se taie felii subşiri sau cuburi. Se taie ceapa mărunt şi se prăjeşte în untură, într-o tigaie, pînă ce capătă culoarea gălbuie, se adaugă cartofii tăiaţi, sarea, piperul şi se amestecă bine strivind puţin cartofii. Aceşti cartofi cu cît au mai multă untură, cu atît sînt mai gustoşi.

## 195 Cartofi prăjiţi economic

**750 g cartofi, 1 lingură untură, 2 linguri ulei, sare.**

Se curăţă cartofii, se spală, se taie bucăţi groase de un deget, se sărează şi se lasă să stea cu sarea 5 min. Se pun toţi într-o tigaie mare cu uleiul şi untura încinse, se amestecă şi se acoperă cu un capac. După cîteva minute se ridică capacul, se şterge de aburi repede cu o cîrpă uscată, se amestecă cartofii uşor şi se acoperă cu capacul şters. Se procedează astfel din 3 în 3 min, pînă cînd cartofii sînt gata.
Cartofii prăjiţi în acest fel sînt frumos rumeniţi, moi şi consumă grăsime puţină.

## 196 Cartofi noi cu smîntînă

**1 kg cartofi, 2 linguri unt sau untură, 1 lingură mărar tocat, 1 pahar smîntînă, sare, salată verde.**

Se curăţă cartofii noi şi se pun la fiert cu un pahar cu apă şi puţină sare, timp de 10 min. Se adaugă untul şi smîntîna şi se lasă să fiarbă încet pînă cînd zeama scade la jumătate. În tot timpul fiertului se scutură cratiţa din cînd în cînd, iar după ce au fiert cartofii se adaugă mărarul tocat şi se dau la cuptor pentru 10 min.
Se aşază pe farfurie şi se garnisesc cu salată verde.

## 197 Mîncare de cartofi noi

**750 g cartofi, 1 ceapă mare, 500 g roşii sau 2 linguri bulion, 1 linguriță verdeață, sare, 2 linguri ulei, ½ linguriță făină.**

Se prăjeşte în ulei ceapa tocată cu făina şi se stinge cu roşiile tăiate bucăți, curățite de pieliță şi semințe. Se adaugă sarea. În acest sos se pun cartofii curățați, se presară cu verdeață şi se lasă să fiarbă la foc mic pînă sînt gata.

## 198 Chifteluțe de cartofi

**500 g cartofi, 2 linguri făină, 1 ou, sare, piper (facultativ), 2-3 linguri untură sau ulei pentru prăjit.**

Se curăță cartofii, se fierb, se strecoară şi se dau prin presa de cartofi, prin sită sau prin maşina de tocat carne. Se pun într-un castron, se adaugă făina, sarea piperul şi oul bătut, amestecînd bine. Din această cocă se fac chifteluțe, se dau prin făină şi se prăjesc în ulei sau untură. Se pot servi şi la soteuri.

## 199 Chifteluțe de cartofi umplute cu brînză

**500 g cartofi, 2 linguri făină, 1 ou, sare, 150 g brînză de oi frămîntată cu un ou, 2-3 linguri untură sau ulei pentru prăjit.**

Se prepară chifteluțele ca la 198, se fac însă mult mai subțiri. Peste o chifteluță se pune la mijloc puțină brînză frămîntată cu ou, se acoperă cu altă chifteluță şi se lipesc marginile apă-sînd marginile cu degetul. Se dau prin făină şi se prăjesc.

## 200 Chifteluțe de cartofi umplute cu varză acră

**Aceleaşi cantități ca la 198, în plus puțină varză acră.**

Se prepară la fel cu chifteluțele de cartofi simple. Se fac însă mult mai subțiri, aşezînd pe mijlocul unei chifteluțe puțină varză călită; se acoperă cu altă chifteluță şi se lipesc apăsînd marginile cu degetul. Se dau prin făină şi se prăjesc.

## 201 Chifteluțe de cartofi umplute cu marmeladă

**Aceleaşi cantități ca la 198, în plus 1 linguriță zahăr, marmeladă.**

Se spală cartofii, se fierb, se curăță, se strivesc cu presa de cartofi, sau se dau prin sită, sau prin maşina de tocat carne. Se pun într-un castron, se adaugă puțină sare, zahărul, oul bătut şi făina, amestecîndu-se bine. Se fac chifteluțe subțiri, lipind două cîte două, după ce s-a pus înăuntru puțină mar-meladă.
Se prăjesc în untură sau ulei încins; se pot servi simple sau cu zahăr şi smîntînă.

## 202 Ruladă de cartofi cu legume

**1 kg cartofi, 2 ouă, 1 pahar lapte, 1linguriță unt, sare.**
**Umplutura: 500 g morcovi, 2 linguri unt, 1 linguriță zahăr, sare.**
**Sos de smîntînă, de lapte sau de ou.**

Cartofii, curățați, se fierb în apă sărată. Cînd sînt gata se strecoară de apă şi se strivesc ca pentru piure, se amestecă cu laptele, untul şi sarea.
Morcovii, curățați şi spălați, se taie ca tăițeii şi se prăjesc înăbuşit în unt cu zahărul, sarea şi cîteva linguri de apă pînă scad bine şi se moaie.
Pe un şervet udat şi bine stors se întinde în strat uniform coca de cartofi, pe deasupra legumele, şi se rulează cu şervetul unind capetele. Se aşază ruloul pe o tavă unsă cu unt, se unge cu ou şi se dă la cuptor pînă se rumeneşte. Înainte de a fi servit, se taie felii groase de două degete. Se serveşte cu sos de smîntînă, sos de lapte sau sos de ou (v. 84, 85, 86).

## 203 Dovlecei în floare cu ulei

**750 g dovlecei în floare, 5 roşii mari, 1 ceapă, 1 linguriță mărar şi pătrunjel tocat, 2 linguri ulei, 1 cățel usturoi, ¼ linguriță zahăr, sare.**

Într-o cratiță se prăjeşte ceapa tocată în ulei, se adaugă dovleceii, roşiile opărite, curățate de pieliță şi tăiate felii, verdeața tocată, usturoiul tocat foarte mărunt, zahărul şi sarea. Se lasă să fiarbă acoperit la foc mic pînă scade bine zeama şi dovleceii sînt fierți. Se pot servi fierbinți sau reci.

## 204 Dovlecei prăjiți în ulei

**4 dovlecei, 2 linguri făină, 3-4 linguri ulei, oțet sau zeamă de lămîie, sare.**

Se rad dovleceii, se taie rotogoale subțiri. Se şterge fiecare rotogol cu un şervet curat şi uscat, se dă prin făină şi se prăjeşte în ulei. Cînd sînt prăjiți, se aşază pe o farfurie şi se toarnă deasupra zeamă de lămîie sau puțin oțet şi sare. Se servesc fierbinți sau reci.

## 205 Dovlecei prăjiți cu smîntînă

**6 dovlecei nu prea mari, 2 linguri untură, 1 linguriță unt, 1 pahar smîntînă, 1 linguriță făină, 1 linguriță mărar tocat, sare.**

Se prăjesc dovleceii la fel ca la 204. Se aşază pe o farfurie (de piatră sau de sticlă Iena) care merge la cuptor şi se toarnă peste ei smîntîna amestecată cu untul, făina şi sarea. Se presară peste ei smîntîna amestecată cu untul, făina şi sarea. Se presară cu mărarul tocat şi se țin la cuptor 20 min.
Se servesc fierbinți.

## 206 Chifteluțe de dovlecei

**4 dovlecei mijlocii, 1 ou, 2 linguri făină, 1 lingură verdeață tocată, miez de franzelă muiat în apă şi bine bine (de mărimea unui ou), 2 linguri untură, 1 ceapă tocată puțin prăjită, sare, piper, salată verde sau roşii.**

Se rad, se spală şi se fierb dovleceii. Se lasă în strecurătoare să se scurgă foarte bine de apă (cel puțin jumătate de oră), apoi se toacă cu tocătorul de lemn. Se pun într-un castron şi se amestecă cu ceapa tocată şi puțin prăjită, oul, făina, franzela muiată în apă, sarea, piperul şi verdeața tocată. Se pune cîte o lingură din această compoziție în tigaia cu untură fierbinte, prăjindu-se pe ambele părți. Se aşază pe o farfurie şi se servesc cu salată verde sau cu felii de roşii aranjate în jurul chifteluțelor.

## 207 Mîncare de dovlecei cu cartofi

**4 dovlecei potrivit de mari, 4-5 cartofi, 1 lingură untură, 1 lingură unt, 1 ceaşcă smîntînă, 1 lingură făină, mărar, sare.**

Se curăță dovleceii, se taie rotogoale de grosimea unui creion, se sărează şi se lasă 10-15 min. Se şterg cu un ştergar, se tăvălesc în făină şi se prăjesc în untură. Cartofii se curăță, se taie felii subțiri şi se prăjesc de asemenea în untură. Se aşază într-o cratiță un rînd de cartofi, un rînd de dovlecei şi se presară cu mărar tocat, apoi din nou un rînd de cartofi, un rînd de dovlecei şi încă un rînd de cartofi. Se toarnă peste ei, astfel aşezați, smîntîna şi se sărează. Se dau la cuptor, iar cînd mazărea este aproape gata se pune o lingură de unt întinzînd untul pe toată suprafața ei. Se serveşte fierbinte cu puțin mărar tocat pe deasupra.

## 208 Legume în sos de lapte

**1 kg legume (cartofi noi sau mazăre boabe, fasole păstăi, sparanghel, morcovi, gulii), ½ lingură făină, 100 g unt, 1¼ pahar lapte, sare.**

Legumele, curățat şi spălate, se fierb în apă cu puțină sare, pînă sînt gata (cartofii, guliile, se taie cuburi). Se scurg de apă şi se pun în următorul sos: 50 g unt se prăjeşte uşor cu o jumătate de lingură de făină şi se stinge cu laptele fierbinte. Se lasă să fiarbă încet timp de 10-15 min, apoi se adaugă restul de 50 g unt, se lasă să mai dea un clocot şi se serveşte imediat.

## 209 Pilaf de dovlecei

**3 dovlecei, 1 pahar orez, 2 cepe, 2 linguri unt, 1 pahar lapte, 1 linguriță mărar tocat, sare, piper.**

Se rad dovleceii, se taie în cuburi potrivit de mari şi se pun la fiert în apă sărată ca să dea cîteva clocote. Se scot din apă şi se lasă să se scurgă. În acest timp se spală orezul, se prăjeşte în unt şi se stinge cu două pahare de apă în care au fiert dovlecei. Se amestecă cu ceapa foarte fin tocată, sarea, piperul mărarul, dovelecii şi un pahar de lapte. Se lasă să fiarbă încet, timp de 10-15 min, api se dă la cuptor. Se poate servi cald sau rece.

## 210 Dovlecei umpluți cu orez

**6 dovlecei, ½ pahar orez, 2 ouă răscoapte, 2 cepe, 1 lingură mărar tocat, ½ pahar lapte, 2 linguri untură, sare, piper, 1 pahar smîntînă, iaurt, făină.**

O ceapă tocată mărunt se rumeneşte uşor în untură. Se adaugă orezul spălat, se prăjeşte puțin şi se stinge cu laptele. Se lasă pe foc pînă începe orezul să înflorească. Se dă la o parte, se adaugă ouăle răscoapte tocate mărunt, mărarul, sarea şi piperul. Se umplu dovleceii curățați, spălați, tăiați în două şi scobiți de miez, se tăvălesc prin făină şi se prăjesc în untură. După ce toți dovleceii sînt prăjiți, se aşază într-o cratiță şi se toarnă peste ei un sos preparat dintr-o ceapă mică tocată prăjită cu puțină untură şi stinsă cu un pahar de apă şi un pahar cu smîntînă.

Se lasă să fiarbă puțin pe foc, apoi se dă la cuptor pînă cînd sînt gata. Se servesc cu iaurt.

## 211 Dovlecei umpluți cu brînză de vacă

**6 dovlecei, 350 g brînză de vacă, 2 ouă, 2 linguri unt, 1½ pahar smîntînă, sare.**

Se rad dovleceii de coajă, se taie în două pe lung, se scobesc de miez şi sămînță şi se sărează puțin. Apoi se umplu cu brînza amestecată bine cu ouăle, o lingură unt şi două linguri de smîntînă. Se aşază într-o tavă, se stropesc cu o lingură de unt topit şi se dau la cuptor ca să se rumenească. Se servesc fierbinți turnînd restul de smîntînă peste ei.

## 212 Fasole verde cu smîntînă

**1 kg fasole, 1 lingură unt, 1 pahar smîntînă, sare.**

Se curăță, se spală şi se fierbe fasolea în apă sărată. Se scurge de apă şi se pune într-o cratiță cu unt încins. Se ține cratița

pe foc cîteva minute scuturînd-o mereu ca să se amestece untul cu fasolea. Se aşază fasolea pe o farfurie şi se toarnă deasupra smîntîna. Se serveşte imediat.

## 213 Fasole verde cu omletă

**1 kg fasole, 3 ouă, 1 lingură făină, ½ pahar smîntînă, 2 linguri unt, sare.**

Se curăță, se spală şi se fierbe fasolea în apă sărată. Se strecoară şi se aşază în strat uniform într-un vas de piatră sau de sticlă de Iena stropit cu unt topit. Se scurg pe deasupra ouăle bătute şi amestecate cu smîntîna şi făina. Se ține în cuptor pînă se prinde omleta. Se serveşte la masă în vasul în care a fost la cuptor.

## 214 Fasole verde cu ouă şi brînză

**1 kg fasole, 3 ouă, 1 lingură făină, ½ pahar smîntînă, 2 linguri unt, 3 linguri brînză de oi, rasă.**

Se pregăteşte la fel ca fasolea verde cu omletă (v. 213), cu singura deosebire că fasolea se amestecă cu brînza şi apoi se aşază în vasul care merge la cuptor.

## 215 Fasole verde cu roşii

**750 g fasole, 500 g roşii, 1 ceapă, 3 linguri ulei, 1 linguriță pătrunjel şi mărar tocat, ½ linguriță de zahăr, sare, 1 linguriță făină.**

Se curăță fasolea, se spală şi se pune în apă fierbinte. După ce dă cîteva clocote, se scurge apa. Într-o cratiță se prăjeşte în ulei ceapa tocată cu făina şi se stinge cu puțină zeamă în care a fiert fasolea. Se adaugă bulionul făcut din 500 g roşii sau roşiile curățate de pieliță şi tăiate bucăți mici, verdeața, zahărul, sarea şi fasolea bine scursă de apă. Se lasă pe foc să dea cîteva clocote, apoi se dă la cuptor şi se ține pînă cînd zeama a scăzut bine. Se poate servi fierbinte sau rece.

## 216 Fasole boabe preparată greceşte

**350 g boabe de fasole verde, o mînă de mărar, o mînă de pătrunjel, o mînă de leuştean, 10-15 fire de ceapă verde, 1 linguriță bulion, 4 linguri, sare, piper.**

Se spală şi se fierbe fasolea în apă sărată. Se strecoară şi se lasă să se scurgă de apă. Se pune într-o cratiță la prăjit în ulei ceapa tocată mărunt. Cînd ceapa se moaie puțin, se adaugă verdețurile tocate şi se lasă să se prăjească pînă devin

moi. Se adaugă bulionul, sarea piperul şi boabele de fasole verde care au fost fierte şi bine scurse. Se amestecă şi se lasă să se prăjească cîteva minute.

## 217 Fasole boabe bătută

**500 g fasole boabe uscată, 3 l apă, 3 cepe mari, 3-4 linguri ulei, ½ linguriță boia de ardei, usturoi pisat (facultativ), sare, murături.**

Se alege, se spală şi se moaie fasolea de cu seara. A doua zi se pune la fiert, se lasă să dea cîteva clocote, apoi se scurge apa, înlocuind-o cu altă apă caldă. Din nou se lasă să dea cîteva clocote şi se scurge apa. Această operație de schimbare a apei se repetă de trei ori. În ultima apă se lasă fasolea să fiarbă pînă ce este bine fiartă şi bobul poate fi strivit cu uşurință între degete. Se strecoară şi se dă prin sită.

Se prăjeşte ceapa tăiată peştişori şi se lasă să se rumenească frumos, adăugînd şi boiaua de ardei.

Fasolea dată prin sită se pune într-un castron scurgînd peste ea tot uleiul rămas după prăjirea cepei. Se freacă apoi cu lingura pînă se obține o pastă spumoasă (dacă pasta pare a fi prea groasă, se poate subția cu puțină zeamă în care a fiert fasolea), se sărează şi se adaugă usturoiul pisat.

Se aşază fasolea bătută pe farfurie, se presară peste ea ceapa prăjită şi se garniseşte de jur împrejur cu bucăți de castraveți acri, gogoşari sau alte murături.

## 218 Mazăre cu smîntînă

**1 kg mazăre boabe, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, 1 linguriță zahăr (facultativ), 1 linguriță mărar tocat, 1 pahar smîntînă, sare, friganele (facultativ).**

Se pune la foc într-o cratiță untul ca să se înfierbînte, se adaugă făina şi se prăjeşte foarte puțin, stingîndu-se cu jumătate pahar de apă. Se pun smîntîna, zahărul, sarea, mărarul tocat şi mazărea boabe, şi se lasă să fiarbă acoperit la foc mic pînă cînd mazărea este fiartă. Se poate servi şi cu friganele.

## 219 Mazăre pregătită țărăneşte

**1 kg mazăre, 2 linguri ulei, 4-5 roşii, 1 lingură verdeață tocată, sare.**

Într-o cratiță cu uleiul încins se pun mazărea boabe şi roşiile curățate de pieliță şi semințe şi tăiate felii. Se sărează şi se lasă să fiarbă acoperit la foc mic, scuturînd din cînd

în cînd cratița și se adaugă cîte o lingură, două, de apă. Cînd mazărea este fiartă, se adaugă verdeața, se mai lasă la foc cîteva minute.
Se servește fierbinte sau rece.

## 220 Mazăre cu roșii

**1 kg mazăre verde, 1 linguriță unt, 4-5 roșii, 1 ceapă, 1 linguriță zahăr (facultativ), 1 linguriță mărar tocat, sare.**

Într-o cratiță se prăjește ceapa în unt pînă cînd se îngălbenește. Se adaugă mazărea, roșiile curățate de pieliță și de sămînță și tăiate bucăți mici, zahărul, sarea și mărarul. Se lasă să fiarbă la foc mic pînă cînd mazărea este gata. Mîncarea trebuie să fie scăzută.

## 221 Mazăre uscată bătută

**400 g mazăre, 4 l apă, 1 linguriță zahăr (facultativ), 5-6 linguri ulei, sare, gogoșari (sfeclă roșie).**

Mazărea, spălată și muiată de cu seară, se pune la fiert. Se fierbe la foc mic, acoperită. Cînd este bine fiartă (bobul moale), se scurge de apă și se dă prin sită, subțiindu-se cu cîteva linguri din zeama în care a fiert. Se adaugă zahărul și sarea și se freacă, adăugînd uleiul picătură cu picătură, pînă cînd devine spumoasă.
Se așază pe farfurie și se garnisește cu felii de gogoșari sau sfeclă roșie fiartă.

## 222 Vinete înăbușite în smîntînă

**3 vinete frumoase, 2 linguri unt sau untură, 1 lingură făină, 1 pahar smîntînă, 1 linguriță mărar tocat, sare.**

Se spală vinetele, se înlătură cotorul și se taie în sferturi în lungime, apoi fiecare sfert în două (pe lățime). Bucățile de vinete se opăresc cu apă fierbinte și sărată, lăsîndu-le în apă timp de 5 min, apoi se scurge apa și se lasă 5-10 min vinetele în strecurătoare ca să se scurgă. Fiecare bucățică de vînătă se dă prin făină și se prăjește în untul sau grăsimea fierbinte. Se așază apoi într-o cratiță, se toarnă peste ele smîntîna, se sărează și se lasă să fiarbă jumătate de oră la foc mic, scuturînd din cînd în cînd cratița. Se așază pe farfuria de servit și se presară mărarul meu.

## 223 Mîncare de vinete cu usturoi

**3-4 vinete potrivit de mari, 4 cepe, 5 căţei de usturoi, 4 roşii, 3 linguri ulei, sare.**

Se coc vinetele, se curăţă fierbinţi şi se lasă să se scurgă, apoi se desfacă în fîşii. Se aşază într-o cratiţă un rînd de vinete, apoi un rînd de roşii, opărite uşor, curăţate şi tăiate rotogoale. Se presară puţin din usturoiul tocat şi puţină sare pe deasupra, şi se aşază din nou un rînd de vinete, un rînd de roşii, usturoi şi sare. Se procedează astfel aşezînd toate vinetele şi toate roşiile. Se prăjeşte ceapa tăiată felii subţiri în ulei; ceapa se ia la o parte, iar uleiul se scurge peste vinetele şi roşiile aşezate în cratiţă.
Se dă la cuptor, ţinîndu-se pînă cînd usturoiul devine moale.
Se lasă să se răcească, se aşază pe o farfurie şi se presară pe deasupra ceapa prăjită. Se serveşte rece.

## 224 Vinete preparate greceşte

**3-4 vinete mari, 500 g roşii, 4 linguri ulei, ½ linguriţă zahăr, 2 linguri făină, 1 căpăţînă usturoi, sare.**

Se taie vinetele pe lungime şi lăţime în opt, se opăresc cu apă clocotită şi se ţin 15 min sub presă (se aşază pe un fund de lemn şi se acoperă cu altul peste care se pune o greutate). Se scurg bine, apoi fiecare bucăţică se tăvăleşte în făină şi se prăjeşte în ulei încins. Se aşază într-un vas care rezistă la cuptor (de piatră sau de sticlă de Iena), şi se varsă peste ele următorul sos:
În uleiul care a rămas de la prăjitul vinetelor se prăjeşte usturoiul tocat mărunt şi se amestecă cu roşiile curăţate de pieliţă şi seminţe, tăiate bucăţele mici, zahărul şi sarea. Se lasă să fiarbă cîteva minute cu vinetele. Se dau la cuptor pentru 15-20 min. Se servesc reci.

## 225 Mîncare de vinete preparată ruseşte

**3 vinete potrivite, 500 g roşii, 3 cepe, 1 morcov, 3 ardei graşi, 1 pătrunjel, 1 ţelină, 1 lingură mărar şi pătrunjel verde, 1 căpăţînă usturoi, 2 linguri făină, 4 linguri ulei, ½ linguriţă zahăr, sare.**

Se spală vinetele, se scoate cotorul şi se taie în rotogoale de grosimea unui deget. Se presară cu sare şi se lasă astfel o oră. Fiecare felie se scurge bine, se usucă cu un şervet perfect curat şi uscat, se tăvăleşte prin făină şi se prăjeşte în ulei la foc nu prea iute, pe ambele părţi. După ce s-au prăjit toate vinetele, în uleiul rămas se prăjeşte ceapa şi zarzavatul, tăiate felii subţiri, lăsîndu-le să se moaie.

Într-o cratiță se așază pe fund un rînd de roșii tăiate rotogoale, peste ele un rînd de vinete prăjite, se presară cu puțin usturoi pisat, iar apoi un strat de zarzavat prăjit, presărat cu puțină verdeață. Se procedează astfel pînă se așază totul, avînd grijă ca ultimul rînd să fie de roșii tăiate.
Restul roșiilor rămase se fierb cu 2-3 linguri de apă, se trec prin strecurătoare, se adaugă puțină sare și ½ linguriță de zahăr. Acest sos se toarnă în cratiță peste vinete și se dă la cuptor ținîndu-se pînă ce mîncarea scade bine.
Se răstoarnă pe farfuria de servit și se servește călduță sau rece.

## 226 Chifteluțe de vinete

**2 vinete mari, 2 linguri brînză, 2 ouă, 2 linguri făină, ulei pentru prăjit, sare, salată verde.**

Se coc vinele, se curăță fierbinți și se lasă să se scurgă. Se toacă cu tocătorul de lemn, se pun într-un castron adăugînd sarea, brînza, ouăle și făina. Se amestecă totul bine, apoi din pasta obținută se ia cu lingura și se prăjesc în ulei înfierbîntat, pe ambele părți, chifteluțe nu prea mari.
Se așază pe farfurie, se presară cu puțină brînză rasă, se garnisesc cu cîteva frunzulițe de salată și se servesc fierbinți sau reci.

## 227 Varză de Bruxelles cu smîntînă

**750 g varză, 2 linguri unt, 1 pahar smîntînă, sare.**

Se aleg verzișoare mici, se curăță de frunzele galbene, se spală bine în cîteva ape și se pun la fier la foc iute, în apă sărată, circa 20 min. Cînd sînt fierte, se scurg bine de apă, apoi se pun la foc mic într-o cratiță, cu untul înfierbîntat, se acoperă cu capac și se lasă 10 min, scuturînd mereu cratița. Se toarnă smîntîna și se mai lasă la foc cîteva minute. Se servește fierbinte.

## 228 Varză de Bruxelles la cuptor

**750 g varză, 2 linguri unt, 2 linguri brînză, 2 ouă, 2-3 linguri lapte, sare, pesmet.**

Se aleg verzișoare mici, se curăță de frunzele galbene, se spală bine în cîteva ape și se pun la fier la foc iute, în apă sărată 20 min. Se scurg bine de apă. Într-un vas care rezistă la cuptor (de piatră sau de sticlă de Iena), uns cu unt și presărat cu pesmet, se așază un strat de verzișoare;

peste el se presară brînză rasă şi se stropeşte cu unt încălzit. Se procedează astfel pînă sînt aşezate toate verzişoarele, apoi se toarnă deasupra ouăle bătute spumă, amestecate cu laptele şi sarea. Se lasă la cuptor pînă se rumeneşte. Se serveşte fierbinte.

## 229 Praz cu măsline

**4-5 fire de praz, 4 linguri ulei, ½ linguriță zahăr, 1 lingură oțet, 1 lingură bulion, 150 g măsline, sare, piper.**

Se curăță şi se spală bine prazul tăiat în bucăți nu prea mari, apoi se opăreşte cu apă clocotită. Se pune prazul scurs bine de apă într-o cratiță cu ulei fierbinte, se prăjeşte puțin, se adaugă sarea, piperul, bulionul, zahărul, oțetul şi măslinele, şi se dă la cuptor lăsînd să scadă bine.

## 230 Pilaf de praz

**4-5 fire de praz, 2 cepe, 1 pahar orez, 2 pahare apă, 3 linguri ulei, 1 lingură bulion, sare, piper.**

Într-o cratiță se prăjeşte puțin ceapa în ulei, apoi se pune orezul spălat şi se lasă să se prăjească de asemenea puțin. Se adaugă prazul tăiat, spălat şi opărit, sarea, piperul, bulionul şi apa. După ce dă un clocot, se acoperă cratița cu capac şi se dă la cuptor pînă este gata.

## 231 Conopidă cu parmezan

**1 conopidă mare, 3 linguri unt, 3-4 linguri parmezan ras (se poate înlocui cu caşcaval), 1 lingură pesmet, sare.**

Se spală conopida, se desface în buchețele şi se fierbe în apă sărată. Cînd este gata, se scurge bine de apă, se aşază într-un vas care rezistă la cuptor (de piatră sau de sticlă de Iena) rînduri presărate cu parmezan. Deasupra se presară cu pesmet, se toarnă untul cald peste conopidă şi se dă la cuptor pentru 15-20 min. Se serveşte fierbinte.

## 232 Mîncare de conopidă

**1 conopidă mare, 3 linguri ulei, 1 ceapă mare, ½ linguriță făină, 5-6 roşii mari, ½ linguriță zahăr, 1 lingură mărar şi pătrunjel tocat, sare.**

Se desface conopida în buchețele, se spală şi se opăreşte cu apă clocotită, se lasă să se scurgă bine de apă. Ceapa tăiată mărunt se prăjeşte într-o cratiță cu uleiul înfierbîntat, pînă se moaie puțin, se adaugă făina şi se lasă să se prăjească

puțin. Se stinge cu 2-3 linguri de apă, se adaugă zahărul, sarea şi roşiile curățate de pieliţe şi seminţe şi tăiate în bucăți mici. După ce a dat un clocot, două, se adaugă conopida şi verdeaţa şi se lasă să fiarbă încet acoperit. Mîncarea trebuie să fie scăzută şi se poate servi caldă sau rece.

## 233 Varză dulce călită

**1 varză mijlocie, 3 linguri untură, cîteva boabe piper, 3-4 roşii, sare.**

Se taie varza foarte subţire, se sărează puţin şi se freacă cu mîna. Se pune untura într-o cratiță să se înfierbînte, apoi varza să se prăjească, amestecînd mereu ca să nu se prindă de fundul cratiței şi adăugînd cîte puţină apă. Cînd varza este aproape gata, se adaugă piperul, roşiile curățate de pieliță şi tăiate felii foarte subţiri, se amestecă şi se lasă pe foc pînă scade bine. Se serveşte ca garnitură.

## 234 Varză acră călită

**1 varză mijlocie, 3 linguri untură, cîteva boabe piper.**

Dacă varza este prea sărată sau prea acră, se spală în apă, potrivind-o după gust, apoi se taie cît se poate de subţire şi se pune într-o cratiţăcu untura înfierbîntată să se prăjească. Se amestecă mereu ca să nu se lipească de cratiță, adăugînd cîte puţină apă pînă cînd varza este gata. Se adaugă piperul şi se ține la cuptor 15 min. Se serveşte ca garnitură.

## 235 Chifteluţe de varză

**1 varză mică, 1 ou, 2-3 linguri făină, sare, piper, 1 linguriță mărar şi pătrunjel tocat, 3 linguri untură sau ulei.**

Se toacă varza ca fideaua, se freacă cu puţină sare şi se opăreşte. Se lasă să se scurgă bine de apă şi se dă prin maşina de tocat. Varza trecută prin maşina de tocat se amestecă cu oul, făina, verdeaţa, sarea şi piperul. Din compoziția obişnuită se fac chifteluţe, se dau prin făină sau pesmet şi se prăjesc în untură bine încinsă.

## 236 Bame preparate greceşte

**500 g bame tinere, 2-3 linguri ulei, 5-6 roşii, 1 ceapă, 1 lingură oțet, ½ linguriță zahăr, 1 lingură mărar şi pătrunjel tocat, sare.**

Se curăță bamele, se spală şi se țin în apă bine sărată şi amestecată cu puţin oțet, timp de 30-40 min. În acest timp

se taie ceapa mărunt şi se prăjeşte cu uleiul pînă devine gălbuie, se adaugă roşiile curățate de pielițe şi semințe tăiate bucăți mici, apoi bamele, oțetul, zahărul şi sarea, se amestecă încet şi se lasă să fiarbă acoperite la foc mic. Cînd este aproape gata, se adaugă verdeața tocată. Această mîncare se poate servi şi caldă, însă este mult mai gustoasă rece.

## 237 Mîncare de țelină

**5 țeline mari, 1 ceapă, 2 linguri untură, 2 linguri făină, 1 pahar lapte, 1 linguriță frunză de țelină tocată, sare.**

Se curăță țelinele, se spală şi se taie felii groase de 1 cm. Fiecare felie se dă prin făină şi se prăjeşte uşor pe o parte şi pe alta. În restul de untură, se prăjeşte ceapa tocată mărunt pînă devine gălbuie, se adugă o linguriță de făină, se lasă să se rumenească, apoi se stinge cu laptele şi se lasă să dea un clocot. În acest sos se pune țelina prăjită, se sărează şi se lasă să fiarbă încet, acoperit, scuturînd din cînd în cînd uşor cratița. La urmă se adaugă frunza de țelină tocată. Această mîncare se poate prepara cu ulei, în acest caz laptele se înlocuieşte cu apă şi cu o lingură, două de bulion.

## 238 Mîncare de gulii

**6-7 gulii frumoase, 2 linguri unt sau untură, 1 ceapă, 1 pahar lapte, 2 linguri făină, ½ linguriță zahăr, 1 linguriță de mărar şi pătrunjel tocat, sare.**

Se prepară la fel ca şi mîncarea de țelină (v. 237), cu deosebirea că se adaugă ½ linguriță zahăr şi frunza de țelină se înlocuieşte cu mărar şi pătrunjel.

## 239 Pire de spanac pentru ochiuri

**1,5 kg spanac, 2 linguri unt, 1 pahar lapte, sare.**

Se aleg frunzele de spanac, se spală bine în mai multe ape. Se pune la fiert în apă fierbinte şi se lasă să dea cîteva clocote pînă se moaie spanacul. Se scurge de apă, se lasă în strecurătoare pînă se răceşte, se toacă foarte mărunt, apoi se pune într-o cratiță cu untul, 2-3 linguri de apă, laptele şi sarea şi se lasă să fiarbă încet pînă scade bine. Acest pire de spanac se serveşte cu ouă (ochiuri sau jumări).

## 240 Pire de spanac cu ceapă

**1,5 kg spanac, 2 linguri unt, 1½ pahar lapte, 1 ceapă mică, 1 linguriță făină, un praf zahăr, sare.**

Ceapa foarte mărunt tocată se rumeneşte în unt, se adaugă făina, se amestecă şi se stinge cu laptele. Se pune spanacul curățat, spălat, opărit şi tocat, sarea şi zahărul şi se lasă să fiarbă foarte încet pînă scade bine. Spanacul preparat astfel se serveşte cu friganele sau crochete.

## 241 Ardei umpluți cu vinete

**6 ardei mari, 500 g roşii, 2 vinete mari, 2 cepe, 1 ou, 2 lingurițe făină, 2 linguri untură, ½ linguriță zahăr, sare, piper, 1 lingură pătrunjel şi mărar tocat.**

Se spală ardeii, se şterg, se scot cotoarele şi se scutură bine semințele din fiecare ardei. Vinetele coapte, curățate şi tocate se amestecă cu cele două cepe prăjite, oul, sarea, piperul şi făina. Se umplu ardeii cu această compoziție, se închide fiecare cu cîte un căpăcel de roşie şi se prăjesc în untură. Se aşază într-o cratiță şi se toarnă peste ei un sos preparat din roşiile fierte şi strecurate prin sită, amestecate cu puțină sare, zahăr şi untura ce a rămas de la prăjitul ardeilor.

Peste ardei şi peste sosul turnat se presară pătrunjel şi mărar tocat şi se dă la cuptor să fiarbă încet pînă ce se moaie ardeii.

## 242 Ardei umpluți cu orez

**12 ardei nu prea mari, 1 pahar orez, 1 morcov ras, 3 cepe, 3 linguri ulei, 1 lingură pătrunjel şi mărar tocat, 750 g roşii, ½ linguriță făină, sare, piper.**

Se prăjeşte ceapa tocată în două linguri de ulei, se adaugă orezul spălat şi se lasă să se prăjească pînă începe să se îngălbenească. Se toarnă puțină apă, lăsînd pe foc mic pînă cînd orezul începe să se umfle. Se ia de la foc şi se adaugă morcovul ras, sare, piperul şi verdeața. Se umplu ardeii spălați, cu cotorul scos şi scuturați de semințe, cu orezul astfel preparat. Se aşază în cratiță şi se toarnă peste ei un sos preparat dintr-o bucățică de ceapă tăiată mărunt prăjită cu o lingură de ulei şi ½ linguriță de făină şi stinsă cu zeama de la 750 g roşii fierte şi strecurate. Se amestecă cu sarea, pătrunjelul şi mararul tocat. Se pun la fiert la foc mic (sau se pun la cuptor) pînă ce sînt gata şi sosul este scăzut.

## 243 Roşii umplute cu orez

**Aceleaşi cantităţi ca la ardeii umpluţi cu orez.**

Se scobesc şi se scurg roşiile. Mai departe se prepară la fel ca ardeii umpluţi cu orez (v. 242).

## 244 Sarmale cu orez (fără carne)

**1 pahar orez, 3-4 cepe mari, 4-5 linguri ulei, 1 morcov, verdeaţă tocată, piper, sare, 2 linguri bulion, 1 varză mijlocie, dulce sau acră.**

Ceapa tocată mărunt se prăjeşte în ulei pînă devine galbenă. Se adaugă orezul spălat, morcovul ras pe răzătoarea de zarzavat şi se lasă să se prăjească încă puţin pînă se moaie morcovul. Apoi se adaugă o lingură de bulion, 2-3 linguri apă, sarea şi piperul. Se lasă la foc, amestecînd cu lingura pînă scade bine lichidul. Se ia de la foc, se adaugă verdeaţa tocată şi se fac sarmale din varză dulce sau acră. Varza dulce se opăreşte, iar cea acră se spală. Dacă se prepară cu varză dulce, se fierb sarmalele cu borş, iar dacă se prepară cu varză acră, se fierb cu o lingură bulion şi apă (v. şi 388, 389).

## 245 Ciulama de ciuperci

**750 g ciuperci, 1 linguri unt sau untură, 1 lingură făină, sare, 1 ceşcuţă lapte.**

Se curăţă ciupercile, se spală, se taie şi se fierb cu apă sărată (apă atît ca să le acopere). Cînd sînt gata, se strecoară, iar zeama se păstrează. Se prăjeşte uşor făina în unt, se stinge cu zeama în care au fiert ciupercile, se adaugă o ceşcuţă de lapte şi se lasă să fiarbă pînă ce sosul este potrivit de gros. Se adaugă ciupercile şi se mai fierb 10 min. Se serveşte fierbinte cu mămăliguţă.

## 246 Mîncare de ciuperci cu roşii

**600 g ciuperci, 3-4 cepe, 4-5 roşii mari, 3 linguri ulei, mărar şi pătrunjel tocat, sare, piper.**

Se curăţă ciupercile, se spală bine şi se taie bucăţi. Ceapa tăiată subţire se prăjeşte uşor în ulei, se adaugă ciupercile şi roşiile curăţate de pieliţe şi seminţe, tăiate felii, sarea, piperul şi verdeaţa. Se lasă să fiarbă încet, pînă cînd scade bine de tot. Se poate servi caldă, însă este mult mai gustoasă rece.

## 247 Ciuperci ţărăneşti

**750 g ciuperci, 1 ceapă, 1 lingură unt, 1 pahar smîntînă, sare, piper.**

Se curăţă ciupercile, se spală bine şi se taie felii. Se opăresc cu apă clocotită, se scurg şi se pun într-o cratiţă împreună cu ceapa tăiată foarte fin şi o lingură de unt. Se lasă să se prăjească cîteva minute, apoi se toarnă peste ele smîntîna. Se adaugă sarea, piperul şi se lasă să fiarbă în cuptor o oră.

## 248 Ciuperci cu sos de lapte

**750 g ciuperci, 1 pahar lapte, 1 lingură făină, 1 lingură unt, 2 linguri brînză rasă sau parmezan, sare.**

Se curăţă ciupercile, se spală şi se taie bucăţi ceva mai mari. Se fierb cu puţină apă sărată. Cînd sînt gata, se lasă să se scurgă. În acest timp se prăjeşte în unt o lingură de făină şi se stinge cu laptele, apoi se pun ciupercile bine scurse, se lasă să fiarbă cîteva minute, se adaugă brînza rasă sau parmezanul şi se dau la cuptor pentru o jumătate de oră.

## 249 Pilaf de ciuperci

**500 g ciuperci, 1 pahar orez, 2 cepe mari, 3 linguri ulei, sare, piper.**

Se curăţă, se spală şi se taie ciupercile bucăţi. Se pun într-o cratiţă împreună cu ceapa tăiată şi cu 2 pahare de apă. Se lasă să fiarbă încet cam 15 min. Se strecoară, iar zeama de ciuperci se măsoară. Trebuie să fie două pahare de zeamă; ceea ce prisoseşte se aruncă, iar dacă nu cumva nu ajunge, se adaugă apă.

Se pun ciupercile strecurate în cratiţă, se toarnă peste ele cele două pahare de zeamă şi se adaugă orezul spălat şi prăjit uşor în 3 linguri de ulei, sarea şi piperul. Se lasă să fiarbă la foc încet, acoperit cu un capac îmbrăcat cu un şervet muiat în apă şi şters. Cînd orezul este aproape fiert, se dă la cuptor, la foc mic, pînă cînd înfloreşte orezul. Acest pilaf se poate servi cald sau rece.

## 250 Ciuperci la tavă

**500 g ciuperci, 2 linguri ulei, puţin piper pisat, sare, pătrunjel tocat.**

Se aleg ciuperci mari, se curăţă, se rup codiţele, se spală şi se lasă să se scurgă bine de apă. Codiţele curăţate şi spălate



se toacă mărunt, se amestecă cu sare, piper şi pătrunjel tocat. Se aşază ciupercile într-o tavă, se pun în mijlocul fiecărei ciuperci codițele tocate, se presară cu sare, se stropesc cu ulei şi se dau la cuptor la foc potrivit.
Cînd sînt gata, se aşază încet pe farfuria de servit şi se stropesc cu zeama din tavă.

# Mîncări de ouă

## 251 Omletă

**Pentru 1 persoană: 2 ouă, 2 linguri lapte, ½ linguriță unt sau untură, sare.**

Se sparg ouăle într-un castron, se bat spumă, se amestecă cu laptele şi sarea şi se toarnă în tigaia încinsă cu unt. Se prăjeşte la foc mic, iar după ce s-a rumenit puțin pe o parte, se întoarce pe cealaltă, se lasă să se rumenească şi pe această parte. Cînd este coaptă, se rulează în formă de sul şi se aşază pe farfurie. Se poate servi simplă, cu sos de roşii (v. 78) sau cu sos de smîntînă (v. 85).

## 252 Omletă cu smîntînă

**Pentru 1 persoană: 2 ouă, 1 lingură smîntînă, ½ lingură unt sau untură, sare.**

Se prepară ca şi rețeta 251, înlocuind laptele cu smîntînă. Se serveşte imediat ce este gata.

## 253 Omletă cu şuncă

**Pentru 1 persoană: 2 ouă, 50 g şuncă slabă, 2 linguri lapte sau 1 linguriță smîntînă, 1 linguriță untură, sare.**

Se bat ouăle spumă, se adaugă laptele sau smîntîna şi sarea. Şunca se taie bucăți mai mici, se amestecă cu ouăle bătute şi totul se prăjeşte în tigaie, în untură încinsă, întîi pe o parte, apoi pe cealaltă parte. Şunca se poate înlocui cu parizer. Se serveşte imediat.

## 254 Omletă cu mere

**Pentru 1 persoană: 2 ouă, 100 g mere rase, 1 lingură smîntînă, 1 linguriță unt, zahăr.**

Se bat ouăle spumă, se adaugă smîntîna şi merele curățate şi rase, se amestecă şi se prăjeşte în tigaie, în unt bine înfierbîntat. Se serveşte fierbinte, presărată cu zahăr.

## 255 Omletă cu brînză

**Pentru 1 persoană: 2 ouă, 50 g brînză rasă, 1 lingură smîntînă, 1 linguriță unt, pătrunjel.**

Se prepară la fel ca omleta cu şuncă (v. 253), înlocuind şunca cu brînză de oi, rasă. Cînd este rumenită uşor pe ambele părți, se rulează în formă de sul, se presară cu puțin pătrunjel tocat şi se serveşte imediat. Se poate prepara şi cu brînză de burduf sau cu brînză frămîntată. În acest caz se prepară o omletă obişnuită şi cînd este gata, se aşază brînza şi se rulează.

## 256 Scrob (jumări)

**Pentru 1 persoană: 2 ouă, 2 linguri lapte, 1 linguriță unt sau untură, sare.**

Se bat ouăle spumă, se amestecă cu laptele şi sarea şi se toarnă în tigaia cu untul sau untura bine înfierbîntată. Se amestecă uşor, dar mereu, cu furculița ca să nu se prindă de tigaie. Jumările reuşite trebuie să fie moi. Se serveşte imediat.

## 257 Scrob (jumări) cu smîntînă

**Pentru 1 persoană: 2 ouă, 1 lingură smîntînă, 1 linguriță unt sau untură, sare.**

Se prepară ca şi rețeta 256, adăugînd smîntîna şi amestecînd-o bine cu ouăle bătute.

## 258 Scrob (jumări) cu şuncă

**Pentru 1 persoană: 2 ouă, 50 g şuncă slabă (parizer), 2 linguri lapte, 1½ linguriță untură, sare.**

Se bat ouăle spumă, se amestecă cu laptele şi sarea. Şunca tăiată bucățele potrivit de mari se prăjeşte puțin în untură. În tigaie, peste şuncă, se toarnă ouăle bătute şi se amestecă uşor cu furculița, pînă cînd sînt gata. Se servesc imediat. Şunca se poate înlocui cu parizer.

## 259 Scrob (jumări) preparat ardeleneşte

**Pentru 1 persoană: 2 ouă, 80 g slănină afumată, sare.**

Se crestează o felie de slănină de 80 g şi se pune pe tigaie (de preferat într-un vas mic de tuci), lăsînd-o să se prăjească bine pe toate părţile. Cînd devine crocantă, se toarnă ouăle bătute spumă şi sărate, se amestecă cu furculiţa ca să nu se prindă şi se serveşte imediat.

## 260 Scrob (jumări) cu brînză

**Pentru 1 persoană: 2 ouă, 1 lingură smîntînă, 50 g brînză rasă, 1 linguriţă unt.**

Se prepară ca şi reţeta 256, adăugînd în ouăle bătute şi amestecate cu smîntînă, brînză rasă de oi.

## 261 Scrob (jumări) cu vinete

**Pentru 2 persoane: 1 vînătă frumoasă, 4 ouă, 2 linguri ulei, sare.**

Se spală vînăta, se şterge, se taie în cuburi mici, se sărează şi se lasă să stea cu sare timp de 20-30 min. Apoi se spală şi se lasă să se scurgă bine. Se prăjeşte în ulei fierbinte pînă cînd bucăţelele de vînătă se moaie. Peste ele se toarnă ouăle bătute spumă. Se amestecă cu furculiţă pînă cînd se întăresc ouăle (nu prea mult) şi se serveşte imediat.



# Mîncări şi alte preparate de peşte

## 262 Crap prăjit

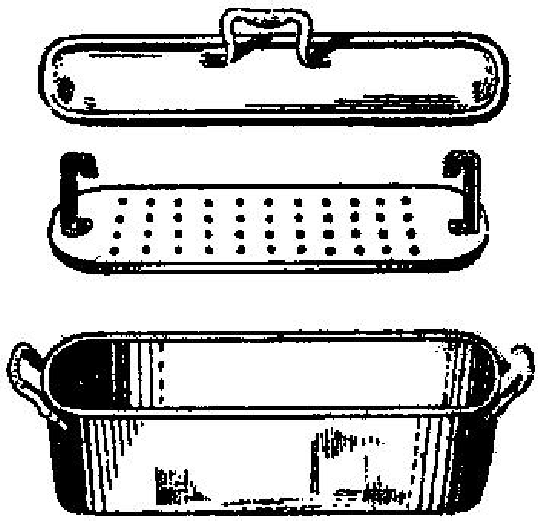
**1 kg crap, 3 linguri ulei, 2 linguri făină, zeamă de lămîie, sare.**

Se curăţă peştele, se spală, se taie bucăţi, se sărează şi se lasă 10-15 min ca să pătrundă sarea. Se şterge apoi fiecare bucată cu un şervet curat şi uscat, se dă prin făină şi se prăjeşte în ulei încins, pe ambele părţi. Se serveşte cald, cu cartofi prăjiţi şi salată verde. După gust, se poate servi cu zeamă de lămîie.

## 263 Crap rasol

**1 kg crap, 1 ceapă, 1 morcov, 1 pătrunjel, 2-3 boabe piper, 1 foaie de dafin, 2 linguri zeamă de lămîie, 2 linguri ulei, 2-3 cartofi, sare.**

Se curăță peştele, se spală, se sărează şi se lasă cu sarea 10-15 min. În acest timp se pune la fiert zarzavatul curățat cu 1 kg de apă, puțină sare, piper şi foaie de dafin. Se lasă să fiarbă pînă cînd se moaie zarzavatul, apoi se trage cratița de la foc, se pun cartofii tăiați în sferturi, se lasă să dea 2-3 clocote, apoi bucățile de peşte. Se lasă să fiarbă la foc încet şi acoperit cu capac pînă cînd peştele şi cartofii sînt gata.



După ce s-a răcit peştele, se scoate din cratiță aşezîndu-l în mijlocul unei farfurii de servit, iar în jurul lui se aranjează cartofii şi zarzavatul fiert.

Se amestecă uleiul cu zeama de lămîie şi cu 2-3 linguri din zeama în care a fiert peştele, se toarnă peste peşte şi peste legume, apoi se presară pătrunjel tocat.

## 264 Plachie de crap

**1 kg crap, 4 linguri ulei, 5-6 cepe mari, 1 lingură bulion, 2 linguri făină, 2-3 boabe de piper, 2-3 boabe ienibahar, 1 pahar vin, cîteva felii de lămîie, sare.**

Peştele, curățat şi spălat, se taie în bucăți, se sărează şi se lasă să stea 15-20 min. Apoi se şterge fiecare bucată cu un şervet curat şi uscat, se dă prin făină şi se prăjeşte în ulei fierbinte pe ambele părți.

În uleiul rămas de la prăjirea peştelui se prăjeşte ceapa tăiată peştişori. Cînd ceapa se îngălbeneşte, se adaugă bulionul, vinul, sarea, piperul, ienibaharul, feliile de lămîie şi bucățile de peşte prăjit. Se dă la cuptor la foc mic şi se lasă pînă ce scade. Se poate servi caldă sau rece.

## 265 Crap pe orez

**1 kg crap, 1 pahar orez, 1 linguriță făină, 2 linguri oțet, sare, piper, 4 linguri ulei, ceapă.**

Peştele, curățat şi spălat, se despică în două în lungul spatelui, apoi se taie bucăți de 3-4 cm lățime; se sărează şi

se lasă cam jumătate de oră. În acest timp se prăjeşte în ulei ceapa tăiată peştişori pînă ce este pe jumătate prăjită, se adaugă orezul spălat şi uscat cu un şervet şi se lasă să se prăjească pînă cînd începe să se îngălbenească. Apoi se toarnă apă cît să acopere orezul şi se lasă să fiarbă 5-6 min. Acest orez amestecat cu ceapa se pune într-o tavă, se presară cu sare şi piper pisat, iar pe deasupra lui se aşază bucăţile de peşte.
Se face un sos dintr-o linguriţă de făină amestecată cu două linguri de oţet, se toarnă peste peşte şi se dă la cuptor. Din cînd în cînd se toarnă cîte puţină apă ca să nu se ardă orezul.
Se serveşte cald sau rece.

## 266 Crap cu maioneză

**1 kg crap, zarzavat de supă, 3-4 boabe de ienibahar, 1 foaie de dafin, 1 ceapă, sare, salată verde.**

Se fierbe crapul împreună cu zarzavatul ca pentru rasol (v. 263). Se lasă să se răcească în apa în care a fiert, apoi se scoate cu băgare de seamă şi se aşază pe un platou. Cu ajutorul cuţitului se despică pe lung, se scoate şira spinării şi toate oasele. Această operaţie trebuie făcută fără să se strice forma peştelui. Se aşază o jumătate peste cealaltă, se taie cu cuţitul în bucăţi şi se acoperă cu maioneză.
Marginile platoului se îmbracă cu salată verde foarte fin tăiată (ca tăiţeii) pe care din loc în loc se pun grămăjoare de morcov tocat mărunt (morcovul care a fiert împreună cu peştele), iar în vîrful fiecărei grămăjoare se aşază cîte o măslină.

## 267 Marinată de crap

**1 kg crap, 3 linguri ulei, 2 linguri făină, sare, 1 ceaşcă oţet, 1 ceaşcă apă, 3-4 boabe ienibahar, 2-3 foi de dafin, 2 bucăţi zahăr, sare.**

Crapul, curăţat şi spălat, se taie în bucăţi, se sărează şi se lasă să stea astfel o jumătate de oră. Se usucă fiecare bucată cu un şervet curat, se dă prin făină şi se prăjeşte în ulei încins, pe ambele părţi, la foc mic. Bucăţile de crap rumenite frumos se aşază într-un castron sau într-un borcan şi se toarnă peste ele oţetul care a dat cîteva clocote împreună cu apa, sarea, boabele de ienibahar, foile de dafin şi zahărul. Cînd se toarnă peste peşte, oţetul trebuie să fie rece. Se serveşte după 2-3 zile.

Dacă sosul este prea acru, se adaugă puțină apă fiartă, sau dacă mai trebuie acrit, se mai adaugă puțin oțet fiert și răcit.

## 268 Șalău prăjit

Se prepară ca și crapul prăjit (v. 262). Se servește cald, garnisit cu felii de lămîie.

## 269 Șalău rasol

Se prepară ca și crapul rasol (v. 263).

## 270 Șalău cu maioneză

Se prepară ca și crapul cu maioneză (v. 266).

## 271 Șalău mic pane

**1 kg șalău mic, 2 linguri făină, 2 ouă, 1 lingură lapte, pesmet, sare, 1 lămîie, 4-5 linguri ulei.**

Se curăță șalăii, se spală, se sărează și se lasă să stea o jumătate de oră. Fiecare șalău se usucă cu un șervet curat, se dă prin oul bătut cu o lingură de lapte, prin făină, apoi din nou prin ou și prin pesmet. Se ține peștele cu o mînă de cap, iar cu cealaltă mînă de coadă și se tăvălește bine prin pesmet, astfel încît să fie peste tot și uniform îmbrăcat în pesmet. Se prăjește în ulei încins, la foc mic, pentru ca să se rumenească frumos, fără să se ardă.
Se așază pe farfurie și se garnisește cu lămîie tăiată sferturi.

## 272 Șalău polonez

**1 kg șalău, 1 morcov, 1 pătrunjel, 1 ceapă, 2-3 boabe ienibahar, 3-4 cartofi, 2 ouă, 1 lingură smîntînă, unt, 1 linguriță făină, pătrunjel tocat, sare, zeamă de lămîie, sfeclă roșie.**

Se curăță, se spală și se fierbe peștele cu morcovul, ceapa, pătrunjelul și ienibaharul. Cînd este fiert, se lasă să se răcească puțin în zeamă, apoi se scoate și se curăță de oase cu băgare de seamă, pentru a nu-i strica forma. Se așază pe o farfurie lungă, la abur și se stropește cu zeamă de lămîie. Se scoate zarzavatul din zeama în care a fiert peștele și în ea se pun la fiert cartofii. După ce au fiert, se taie în cuburi.
Se prăjește într-o cratiță untul cu făina și se stinge cu o ceașcă de zeamă de pește, se lasă să dea cîteva clocote, ames-

tecînd cu lingura pentru a se evita formarea cocoloaşelor, apoi se adaugă gălbenuşurile frecate cu smîntîna. Se trage cratița la marginea maşinii, se pun în ea cartofii tăiați cuburi, sarea, şi se amestecă. Apoi se toarnă peste peşte, iar deasupra se pune puțin pătrunjel tocat. În jurul peştelui se aşază sfeclă roşie fiartă şi ținută în oțet.

## 273 Şalău cu orez în aluat

**Aluatul: 50 g drojdie, 1 ou, 1 pahar lapte, ½ lingură zahăr, ½ linguriță sare, ½ pahar unt topit, untură sau ulei, făină cît cuprinde.**
**Umplutura: 1 pahar orez , 2 pahare lapte, 1 pahar apă, 3 linguri unt, 3 ouă răscoapte, 500 g şalău, un vîrf de cuțit piper negru, sare.**

Se face plămădeala din drojdie cu 2-3 linguri lapte călduț şi puțină făină. Cînd a crescut, se frămîntă cu oul, zahărul, sarea şi grăsimea un aluat potrivit de moale. Cît timp se odihneşte aluatul, se pune la fiert, la foc mic, orezul cu laptele, apa şi sarea. Cînd orezul rămîne aproape fără zeamă, se adaugă piperul şi untul şi se lasă să se răcească.

Şalăul se curăță înlăturînd absolut toate oasele, se taie fîşii, se săreazăşi se lasă să stea cu sare pînă cînd a crescut coca şi orezul s-a răcit.

Aluatul se împarte în două părți egale, din care se fac două foi de grosimea degetului Prima foaie se aşază pe fundul unei forme pentru copt unse, ridicînd puțin marginile aluatului. Se aşterne un strat uniform de orez netezindu-l cu lingura, peste el ouăle răscoapte tăiate rotogoale, iar peste ouă fîşiile de şalău. Se acoperă cu cea de-a doua foaie, se pune peste formă un şervet şi se lasă să crească puțin. Apoi se unge cu ou şi se dă la cuptor pînă se rumeneşte. Se serveşte cald, tăiat pătrate.

## 274 Calcan în vin roşu

**1 kg calcan, 1 ceaşcă vin roşu, 1 linguriță făină, 1 lingură unt, 1 pătrunjel, 1 morcov, 1 ceapă, 2 cuişoare, 2-3 boabe ienibahar, 1 foaie de dafin, sare, 500 g cartofi.**

Se curăță calcanul, se spală bine, se taie bucăți, se sărează şi se lasă să stea ½ oră. Morcovul, pătrunjelul şi ceapa, spălate şi curățate, se taie felii subțiri şi se aşază pe fundul unei cratițe. Peste zarzavat se pun bucățile de calcan, cuişoarele, ienibaharul şi foaia de dafin. Se toarnă vinul şi 3-4 linguri de apă şi se pune să fiarbă la foc tare. Din clipa cînd începe să fiarbă, focul se face mic, se acoperă cratița şi se lasă să continue fiertul. Este gata atunci cînd un băț de

chibrit intră uşor în partea cea mai groasă a unei bucăţi de calcan.
Se scurge încet toată zeama în altă cratiţă, se adaugă în ea untul frecat cu făina, se amestecă şi se lasă să fiarbă încet pînă cînd sosul începe să se îngroaşe puţin. Se aşază peştele pe o farfurie de servit, în jurul lui se aranjează sferturile de cartofi fierţi, separat, peste care s-a turnat sosul strecurat.
În acest fel se pot prepara de asemenea şalăul şi ştiuca.

## 275 Ştiucă rasol

Se prepară ca şi crapul rasol (v. 263).

## 276 Ştiucă prăjită

Se prepară ca şi crapul prăjit (v. 262).

## 277 Ştiucă umplută (fiartă)

**1 ştiucă de circa 1 kg, miezul de la o felie de pîine albă, 3 cepe, 3 linguri ulei, 3 ouă, sare, piper, 1 morcov, 1 ceapă, 1 sfeclă, 2 la apă, 1 linguriţă pătrunjel tocat, lămîie, sos de muştar.**

Se curăţă ştiuca, se spală şi se taie capul. Se desprinde pielea de la cap şi se trage încet înspre coadă. Dacă mai rămîne carne pe pielea trasă, se rade cu dosul cuţitului. Pielea se sărează şi se lasă la o parte. Se desface carnea de pe oasele peştelui şi se dă prin maşina de tocat împreună cu miezul de franzelă muiat în lapte sau apă şi cu ceapa tocată mărunt şi prăjită galben în ulei. La tocătură se adaugă sare, piper, o linguriţă pătrunjel tocat şi două ouă bătute spumă. Se amestecă bine şi se umple pielea ştiucii, nu prea îndesat ca să nu plesnească la fiert. Din tocătura rămasă se fac mici perişoare.
În vasul pentru fiert peşte se pun o ceapă întreagă, morcovul şi sfecla tăiate foarte subţire, cum şi oasele de la peşte. Peste zarzavat se aşază peştele umplut, capul, perişoarele şi se toarnă 2 l apă. Se lasă să fiarbă acoperit la foc mic. Cînd este fiert, se scoate peştele umplut, se aşază în mijlocul unei farfurii lungi, se taie felii de grosimea unui deget, se aranjează capul astfel încît să aibă forma peştelui întreg. În jurul lui se pun perişoarele fierte şi cîteva felii de lămîie. Se serveşte cu sos de muştar.

## 278 Ştiucă umplută la cuptor

**Aceleaşi cantităţi ca la ştiuca umplută (fiartă), (v. 277); în plus două linguri de ulei.**

Se prepară ca şi ştiuca umplută fiartă.

Capul şi peştele umplut cu tocătură se aşază pe po tavă care merge la cuptor, se unge bine cu două linguri de ulei şi se dă la cuptor. Din cînd în cînd se unge peştele cu uleiul scurs în tavă. Cînd este gata, se scoate din tavă, se aşază pe o farfurie lungă, iar după ce s-a răcit se taie în felii de grosimea unui deget, se adună la un loc ca să aibă forma peştelui întreg, se aşază capul şi se garniseşte împrejur cu felii de ou răscopt. Se serveşte cu sos de muştar.

## 279 Somn prăjit

Se prepară ca şi crapul prăjit (v. 262).

## 280 Somn cu maioneză

Se prepară ca şi crapul cu maioneză (v. 266).

## 281 Mîncare de somn cu roşii

**1 kg somn, 4 linguri ulei, 2 linguri făină, 1 ceapă mare, roşii, ½ linguriţă zahăr, 3-4 boabe ienibahar, 1 foaie de dafin, sare.**

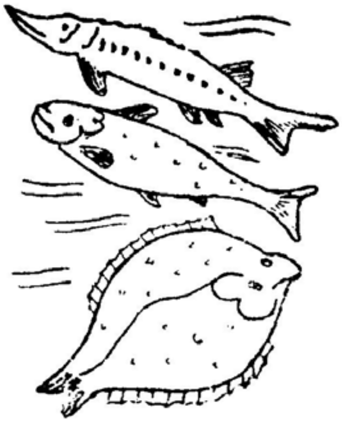
Somnul curăţat şi spălat se taie în bucăţi, se sărează şi se lasă să stea o jumătate de oră. Ceapa tăiătă foarte mărunt se prăjeşte în ulei pînă ce devine galbenă, se adaugă ½ linguriţă de făină, sarea, zahărul, ienibaharul, foaia de dafin şi roşiile fierte şi strecurate. Se lasă să dea cîteva clocote şi se ia de la foc.

Bucăţile de somn date prin făină se prăjesc rumen pe ambele părţi, se aşază în cratiţa cu sos şi se dă la cuptor ca să scadă.

## 282 Scrumbii în ulei

**1 kg scrumbie, 3-4 lămîi, 2 foi de dafin, 5-6 boabe de ienibahar, 2 linguriţe sare, ulei cît cere.**

Scrumbiile de Dunăre sau de mare se curăţă, se spală (ca orice peşte), se îndepărtează capetele şi cozile şi se taie în bucăţi potrivit de mari. Se sărează şi se lasă să stea o oră. Se aşază bucăţile de peşte într-un vas uscat, se toarnă deasupra zeama de lămîie şi se lasă să mai stea astfel 20-30 min, apoi se pun bucăţile de peşte, una cîte una, într-un



borcan. După ce s-a aşezat un rînd de scrumbii, se pune o foaie de dafin, 2-3 boabe de ienibahar, puţină zeamă de lămîie şi ulei, astfel încît stratul de peşte să fie acoperit. Se procedează în acest fel pînă cînd se aşază în borcan tot peştele, se toarnă un strat de două degete de ulei, se acoperă borcanul cu o farfurioară şi se fierbe în aburi 20-30 minute (din momentul cînd începe fierberea). Se servesc reci. Acest preparat se poate păstra pentru iarnă; în acest caz se leagă borcanul cu celofan, apoi se pune la fiert (ca mai sus). Din capetele şi cozile scrumbiilor se poate prepara o ciorbă pentru 2-3 persoane.

### 283 Roşii umplute cu peşte

Se prepară la fel ca roşiile umplute cu carne (v. 378), înlocuind carnea cu peşte fiert, după ce s-au scos toate oasele.

# Mîncări din limbă, creier, ficat, rinichi, uger

### 284 Limbă fiartă

**1 limbă de vacă sau 3-4 limbi de porc (cam 1 kg), 2 cepe, 1 pătrunjel, 1 morcov, 1 foaie de dafin, 4-5 boabe de ienibahar, sare, sos de hrean, de muştar sau de bulion.**

Se spală limba în cîteva ape, se rade cu cuţitul şi se îndepărtează gîtlejul, se aşază în cratiţă cu apă rece şi se pune la fiert la foc mic. După ce se ia spuma, se adaugă ceapa, zarzavatul, ienibaharul, foaia de dafin şi sarea. Se lasă să fiarbă încet, acoperit cu capac, la foc mic, trei ore. Se scoate din apă, se aşază pe un fund de lemn şi se curăţă cu ajutorul cuţitului, trăgînd pielea de la vîrf spre rădăcina limbii.

Se taie felii, se aşază pe o farfurie de servit şi se toarnă pe deasupra sos de hrean, de muştar, sau de bulion.

### 285 Limbă cu măsline

**1 limbă de vacă sau 3-4 limbi de porc (cam 1 kg), zarzavat de supă, 200 g măsline, 3-4 cepe, 1 foaie de dafin, 2-3 boabe de ienibahar, 2 linguri bulion, 1 lingură oţet, 3 linguri ulei, ½ linguriţă zahăr, sare, 1 lămîie, pătrunjel tocat.**

Se fierbe limba cu zarzavatul de supă (v. 284). Cînd limba este aproape fiartă, se scoate din zeama în care a fiert, se

curăță și se taie felii de grosimea unui deget. Ceapa, tăiată foarte mărunt, se prăjește în ulei pînă ce se moaie, se adaugă bulionul, oțetul, zahărul, ienibaharul, sarea și un pahar din zeama în care a fiert limba (această zeamă trebuie degresată). Se adaugă măslinele bine spălate și ținute în apă caldă 2-3 ore, și feliile de limbă. Se lasă să fiarbă acoperit pînă cînd este gata. Se poate servi rece sau caldă, garnisită cu puțin pătrunjel tocat și cîteva felii de lămîie.

## 286 Limbă în sos de smîntînă

**1 limbă de vacă sau 3-4 limbi de porc (cam 1 kg), zarzavat de supă, 1 pahar smîntînă, 1 lingură plină cu unt, ½ lingură făină, ½ pahar din zeama în care a fiert limba, ½ ceapă, mărar tocat.**

Se fierbe limba (v. 284) și se taie felii de grosimea unui deget. Se pune untul într-o cratiță, se lasă să se înfierbînte și se prăjește în el jumătate de ceapă rasă, se adaugă făina, se stinge cu zeama în care a fiert limba, apoi se pun smîntîna și feliile de limbă. Se lasă să fiarbă la foc mic timp de 10-15 min, se adaugă mărarul tocat, după care trebuie să mai dea un clocot, două. Se servește fierbinte.

## 287 Creier fiert

**1 creier de vacă sau 2 creieri de vițel, ½ lămîie, 1 lingură unt topit, sare, piper, salată verde.**

Se ține creierul în apă rece o oră. Se curăță de pieliță și se pune la fiert cu apă caldă și puțină saer timp de 15-20 min. Se scurge apa, iar creierul se taie felii, se așază pe farfuria de servit și se stropește cu zeama de lămîie și untul topit. Se presară puțin piper și se garnisește cu salată verde. Se poate servi și rece, în acest caz untul topit se înlocuiește cu ulei bun.

## 288 Creier pane

**1 creier de vacă sau 2 creieri de vițel sau de porc, 2 ouă, 2 linguri făină, 4 linguri pesmet, sare, 2 linguri unt sau untură, sote de mazăre, morcovi sau fasole verde.**

Se fierbe creierul (v. 287), se lasă să se răcească, apoi se taie felii de grosimea degetului, se sărează, se dau prin ou, apoi prin făină, din nou prin ou și apoi prin pesmet. Se prăjește în untura sau untul bine înfierbîntat. Se servește cu sote de mazăre, morcovi sau fasole verde.

## 289 Creier în aluat

**1 creier de vacă sau 2 creieri de vițel sau de porc, 150 g făină, 1 pahar lapte, 1 ou, 2 linguri sifon, 2 linguri untură, sare, salată verde.**

Se fierbe creierul (v. 287). Se lasă să se răcească, apoi se taie felii de grosimea unui deget şi se sărează. Se prepară un aluat din făină, lapte, oul bătut spumă, sare şi sifon (aluatul trebuie să fie ca o smîntînă). Se moaie feliile de creier în acest aluat şi se prăjesc în untura bine înfierbîntată. Se serveşte cu salată verde.

## 290 Gulaş de inimă

**750 g inimă de vacă, ½ lingură făină, 1 ceapă, 2-3 linguri untură, unt sau ulei, 1 lingură pastă de bulion, un vîrf de cuțit piper, sare.**

Se spală bine inima, se taie în cuburi mici, se prăjeşte puțin în cratița cu grăsime şi cu ceapă tăiată foarte mărunt, se presară cu făină, se amestecă bine şi se acoperă cu apă caldă. Se lasă să fiarbă cu capac la foc mic timp de o jumătate de oră; se adaugă bulionul, ceapa, sarea, piperul şi se lasă să mai fiarbă pînă se îngroaşă sosul. Se serveşte cu pire de cartofi sau cu cartofi fierbinți.

## 291 Uger pane

**500 g uger, zarzavat de supă, 1 ou, 1 lingură lapte, 1 lingură untură, sare, piper, 2 linguri făină, pesmet.**

Se fierbe ugerul în apă împreună cu zarzavatul de supă şi puțină sare. Cînd este bine fiert (moale), se scoate, se lasă să se răcească, apoi se taie felii potrivit de groase ca pentru şnițel. Se sărează, se presară cu puțin piper, se moaie în oul bătut cu laptele, se scurge bine, se dă prin făină, din nou se moaie în ou şi apoi se dă prin pesmet. Se prăjeşte în untura încinsă ca şi şnițelul. Se serveşte fierbinte cu legume fierte sau cu salată.

## 292 Gulaş de uger

Se prepară la fel ca gulaşul de inimă (v. 290).

## 293 Mîncare de rinichi

**1 rinichi de vacă sau 2 rinichi de vițel sau de porc, 3 cepe, 1 lingură untură, 1 lingură bulion, 1 linguriță boia de ardei, ½ linguriță făină, 2-3 linguri vin, 1 ceaşcă zeamă de carne sau apă, sare, piper.**

Se curăță rinichii de pielița exterioară, se taie în două pe lungime, se scoate toată grăsimea de la mijloc, se taie în

felii subțiri şi se pun cu apă rece la foc, lăsînd să dea un clocot, două. Se strecoară şi se spală bine cu apă călduță. Ceapa se taie mărunt, se prăjeşte în untură pînă începe să se îngălbenească, se adaugă făina, lăsînd să se prăjească şi ea puțin, apoi se stinge cu zeamă de carne sau, în lipsă, cu apă. Se adaugă bulionul, boiaua, vinul, sarea şi piperul. Se lasă să fiarbă la foc pînă cînd rinichii sînt gata.

## 294 Rinichi cu smîntînă

**1 rinichi de vacă sau 2 rinichi de vițel sau de porc (cam 600 g), 1 ceapă mică, 1 lingură unt, 1 pahar smîntînă, 1 linguriță rasă făină, ½ pahar zeamă de carne, sare.**

Se prepară rinichii ca pentru mîncare de rinichi (v. 293). Se prăjeşte ceapa cu untul pînă cînd începe să se îngălbenească, se adaugă făina, se amestecă, apoi se stinge cu zeamă de carne. În acest sos se pun smîntîna, sarea şi rinichii tăiați, şi se lasă să fiarbă la foc mic pînă cînd rinichii sînt gata.

## 295 Rizoto cu rinichi

**1 rinichi de vacă sau 2 rinichi de vițel sau de porc, 1 pahar orez, 2 pahare zeamă de carne sau apă, 3 linguri untură, 3 cepe, 2 linguri bulion, ½ linguriță boia de ardei, sare, piper, puțin zahăr, parmezan (caşcaval) ras, cantitatea după gust, pătrunjel verde tocat.**

Se curăță rinichii de pielița exterioară, se taie în două (pe lungime), se curăță bine de grăsimea din mijloc şi se taie felii subțiri care se pun cu apă rece la foc. Se lasă să dea 2-3 clocote. Se strecoară, se spală rinichii cu apă călduță (apa în care au fiert rinichii se aruncă). Se taie mărunt ceapa, se prăjeşte în două linguri de untură pînă începe să se moaie, se adaugă bulionul, boiaua, un pahar de zeamă de carne (în lipsă, apă), sarea, piperul, zahărul şi rinichii. Se lasă să fiarbă la foc mic pînă rinichii sînt gata. În acest timp se prăjeşte orezul spălat într-o lingură de untură, se stinge cu un pahar de zeamă de carne. Se aşază orezul într-o formă cu gaură la mijloc şi capac, unsă cu grăsime, şi se dă cuptor. Cînd orezul este gata, se răstoarnă pe o farfurie, se presară cu parmezan sau caşcaval, iar în locul gol din mijloc se pun rinichii şi sosul. Se presară cu pătrunjel verde tocat şi se serveşte fierbinte.

## 296 Pateu de ficat de vacă

**300 g ficat de vacă sau vițel, 300 g unt, 2 cepe, sare.**

Se prepară la fel ca pateul de ficat de pasăre (v. 51). Untul se poate înlocui cu untură topită în casă. Ficatul se taie bucăți mari.

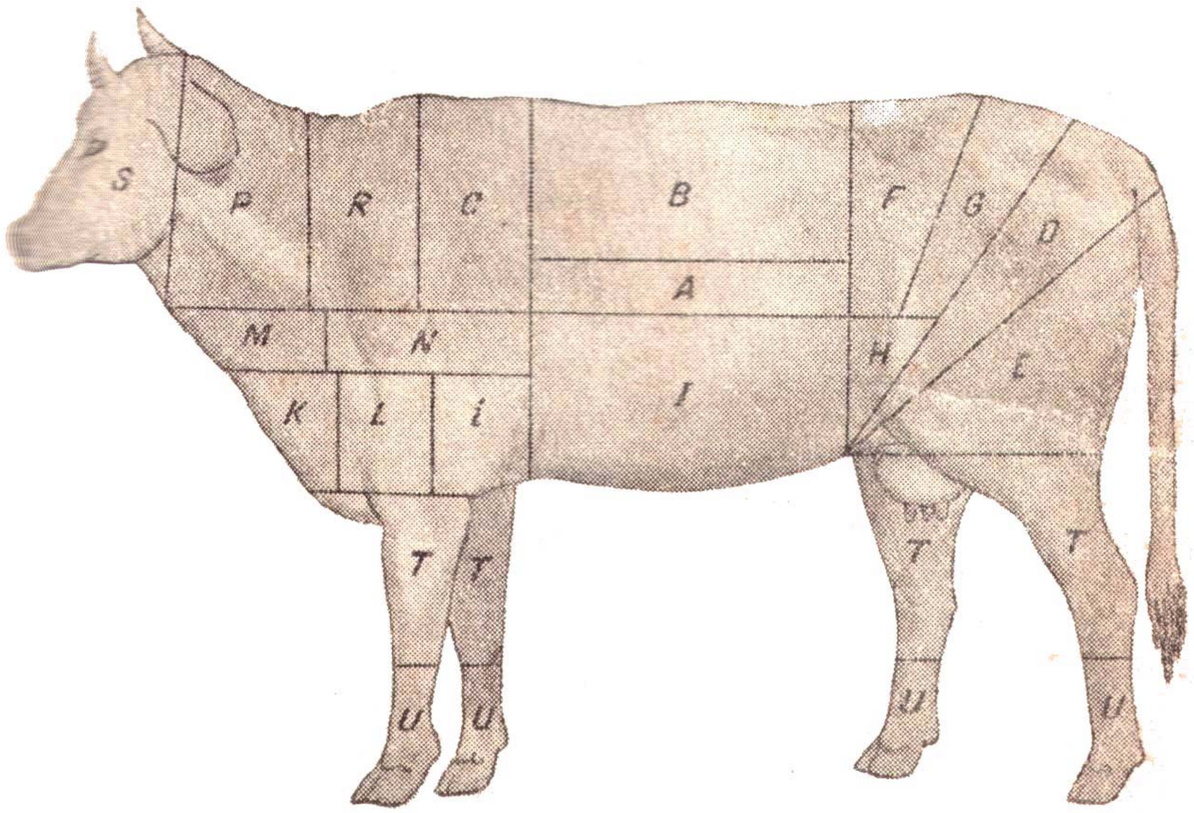
## 297 Ficat prăjit

**750 g ficat de vacă, porc sau vițel, 3 linguri ulei, 2 linguri făină, sare.**

Se spală ficatul, se şterge bine cu un şervet curat, se taie bucăți de grosimea unui deget, se tăvălesc prin făină, se scutură bine şi se prăjesc în ulei încins. Ficatul nu se sărează decît după ce a fost prăjit, cu cîteva clipe înainte de a fi servit.

Se serveşte cu garnitură de legume asortate.

# Clasificarea cărnii de vacă şi de porc, întrebuințarea ei

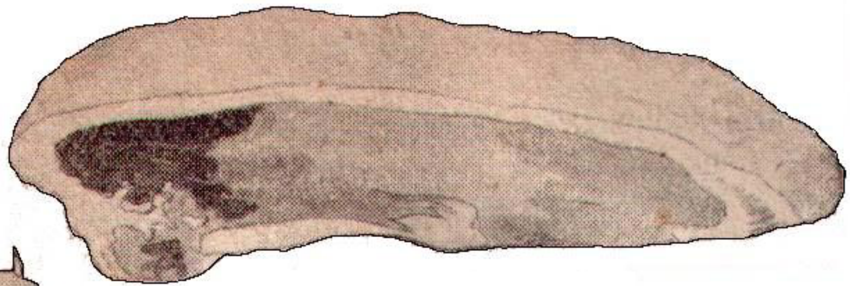



**Carnea de vacă**

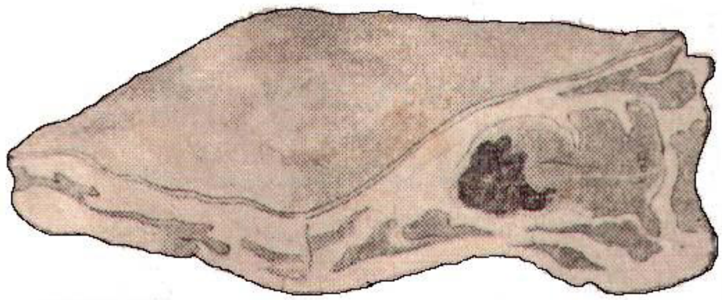
**Calitatea I**

**A** - Muşchi - Cea mai bună pentru fripturi, la grătar, tavă şi friptură înăbuşită.

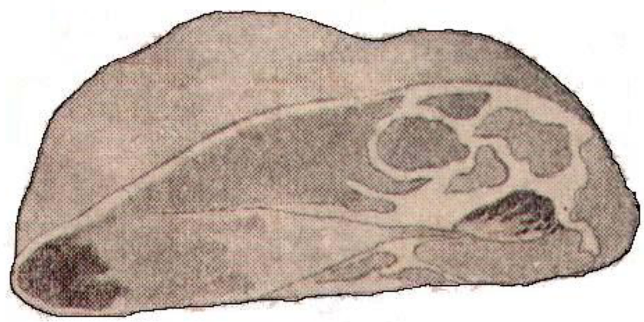
**B** - Antricot - Bună pentru grătar, friptură la tigaie, friptură înăbuşită.



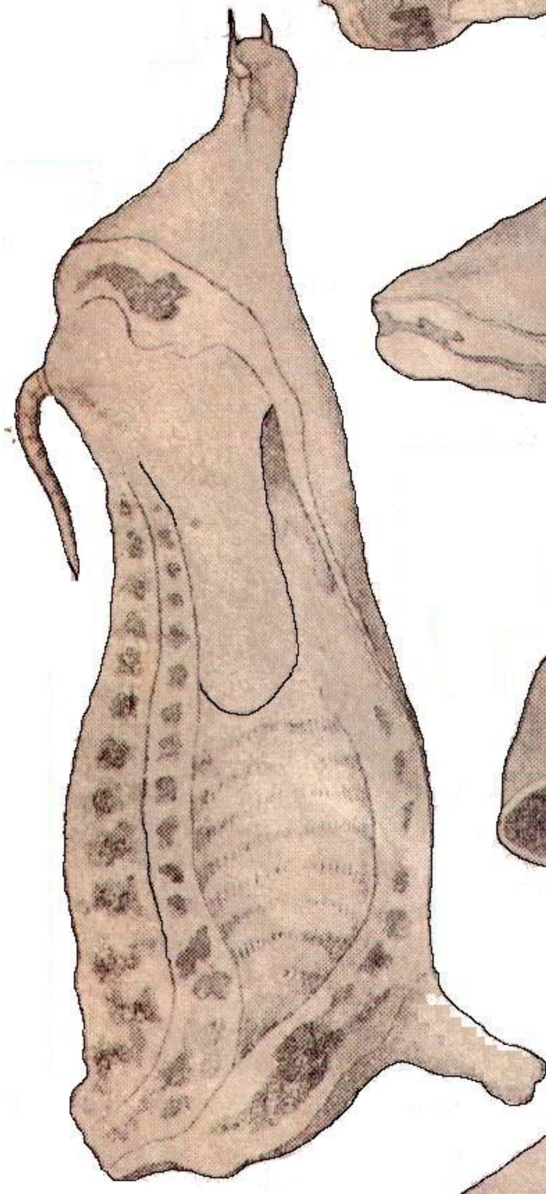
***Carne de la coadă***



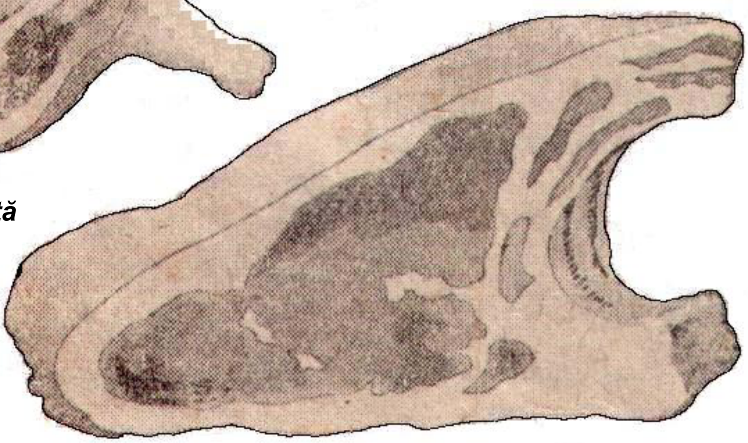
***Vrăbioară***



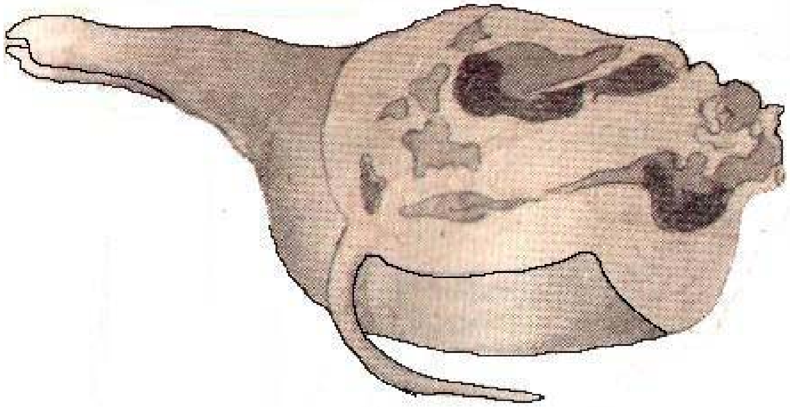
***Spată***



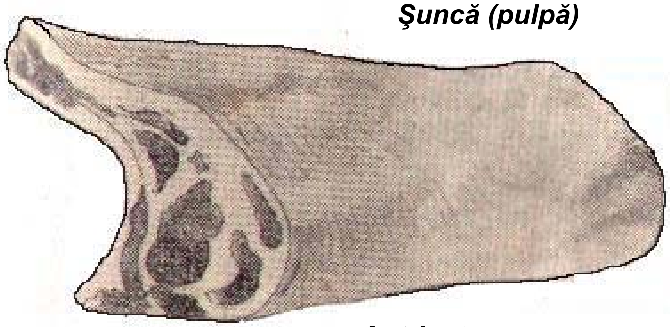
***Jumătate de vită***



***Antricot***



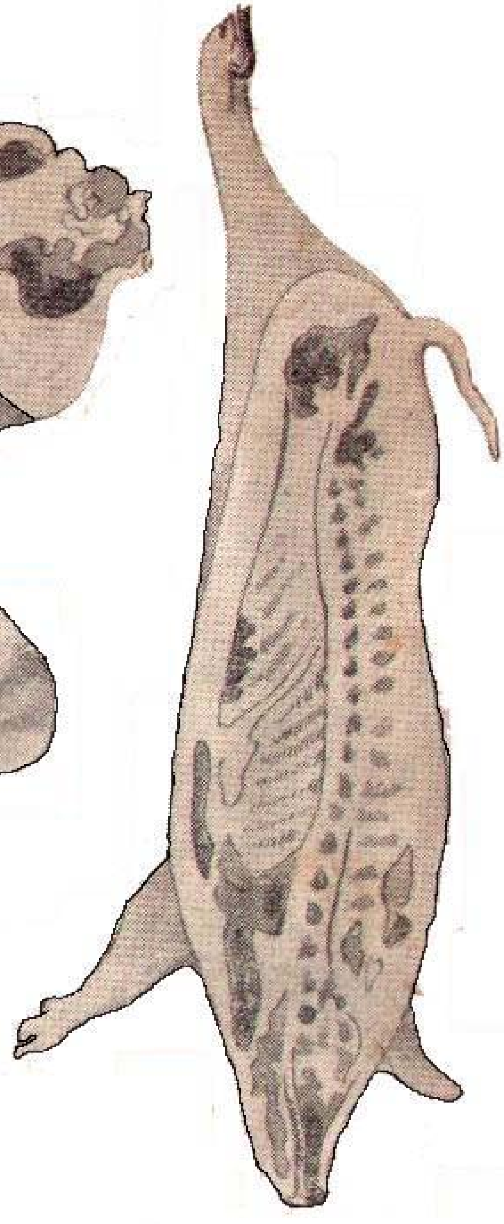
***Şuncă (pulpă)***



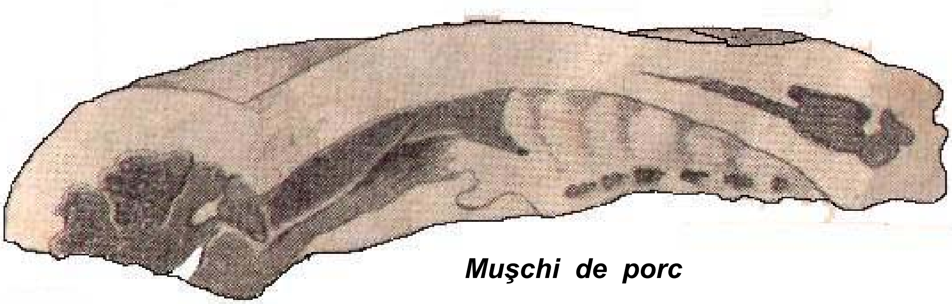
***Antricot***



***Spată cu piept***



***Jumătate de porc***



***Muşchi de porc***

**C** - Vrăbioara – Bună pentru friptură la grătar şi friptură la tavă.
**D** - Capac - Bun pentru fripturi la cuptor, friptură înăbuşită, tocătură.
**E** - Rasol alb - Friptură înăbuşită, rasol, supă.
**F** - Carne de la coadă, calitatea I - Bună pentru friptură înăbuşită, supă, ciorbe.
**G** - Carne de la coadă, calitatea a II-a - Bună pentru fripturi la tavă.

**Calitatea a II-a**

**H** - Cap de muşchi - Bun pentru fripturi înăbuşite, tocături, supă şi rasol.
**I** - Fleică - Bună pentru grătar şi gătită pentru mîncare.
**i** - Cap de piept - Bun pentru supe, ciorbe, mîncări grase (cu varză, castraveți etc.).
**K** - Sfîrc de piept - Bun pentru supe, ciorbe, mîncări grase.
**L** - Spată - Bună pentru fripturi, tocătură, borşuri şi supe.
**M** - Blet cu față } - Bune pentru mîncări cu sos
**N** - Blet fără față }

**Calitatea a III-a**

**O** - Coada - Bună pentru supe.
**P** - Ceafa - Bună pentru diferite mîncări cu sos, tocătură.
**R** - Garf - Bun pentru diferite mîncări, tocături.
**S** - Cap şi bot - Carnea de pe fălci bună pentru tocături; creierul şi limba pentru diferite preparate speciale de creier şi limbă.
**T** - Rasol - Bun pentru supe.
**U** - Picioare - Bune pentru prepararea aspicurilor şi piftiilor.

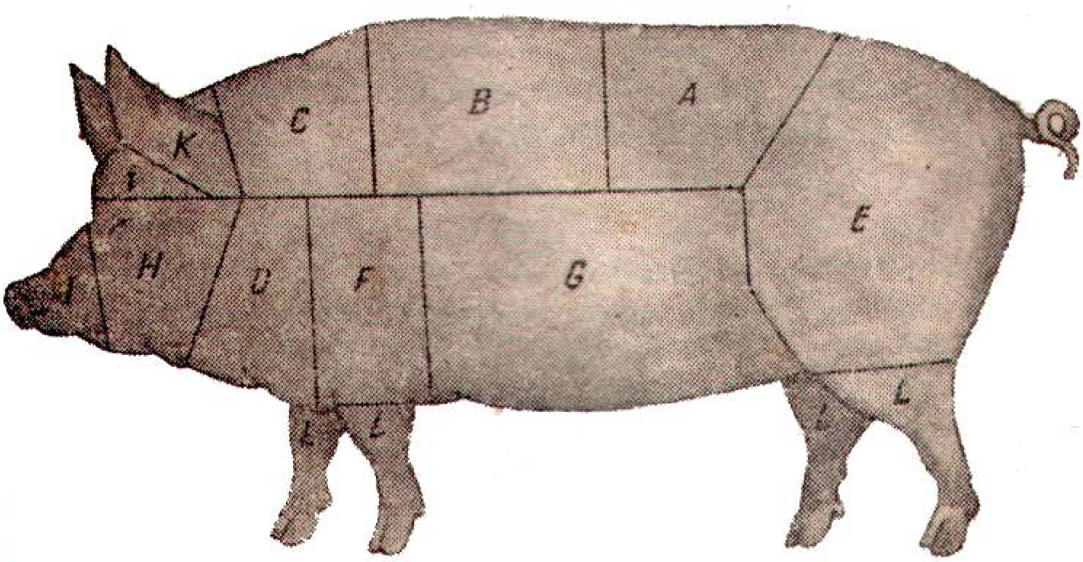
## Carnea de porc

**Calitatea I**

**A** - Muşchi - Fripturi.
**B** - Cotlet - Fripturi.
**C** - Garf - Fripturi.
**D** - Guşă şi sfîrc de piept - Diferite mîncări.
**E** - Pulpă (şuncă) - Bună pentru diferite mîncări şi tocături. Şuncă.

**Calitatea a II-a**

**F** - Spată - Bună pentru mîncări şi tocături.
**G** - Fleică şi piept - Fleica: fripturi şi tocătură. Pieptul: mîncări şi tocătură.
**H** - Cap - Bun pentru piftie.




**Calitatea a III-a**

**I** - Bot - Bun pentru piftie şi tobă.
**i** - Creier - Diferite preparate speciale din creier.
**K** - Urechi - Bune pentru piftie şi tobă.
**L** - Picioare - Bune pentru piftie.

# Mîncări din carne de vacă

## 298 Rasol de carne de vacă

Carnea care a fiert împreună cu zarzavatul în supă (v. 121) se lasă să se scurgă bine de zeamă, se taie în bucăţi potrivite, se aşază pe o farfurie şi se garniseşte cu zarzavatul cu care a fiert: cartofii, morcovul şi pătrunjelul. Se stropeşte cu puţin ulei, oţet sau lămîie şi o lingură de supă. Se presară cu puţin piper (după dorinţă) şi se serveşte cu o salată oarecare sau cu murături.

## 299 Rasol de carne de vacă cu smîntînă şi hrean

**1 pahar smîntînă, 1 lingură hrean ras, 1 linguriță oțet, ½ linguriță zahăr, sare.**

Carnea rece se taie în bucăți potrivite, se aşază pe farfuria de servit şi se acoperă cu următorul sos: hreanul ras se amestecă cu oțetul, zahărul şi sarea. Se adaugă smîntîna şi se amestecă bine.

## 300 Rasol de carne de vacă cu smîntînă şi muştar

Se prepară acelaşi sos ca la rasol de carne cu smîntînă şi hrean (v. 299), înlocuind hreanul cu o lingură, două, de muştar.

## 301 Rasol cu sos de roşii

**2-3 cepe, 1 lingură bulion sau 500 g roşii fierte şi strecurate, 1 pahar zeamă de carne sau lapte, 1 lingură unt, 1 lingură oțet, puțin zahăr, sare, făină.**

Peste carnea fiartă şi tăiată, aşezată pe farfuria de servit, se toarnă următorul sos: ceapa tăiată peştişori se prăjeşte în unt pînă ce se moaie. Se adaugă făina, se amestecă şi se stinge cu zeama de carne sau lapte. Se pun bulionul, oțetul, zahărul şi sarea şi se lasă să fiarbă încet 10-15 min.

## 302 Tocană de carne de vacă

**1 kg carne, 4-5 cepe, 2 linguri untură, bulion sau 4-5 roşii, sare, piper.**

Se taie carnea în bucăți mai mici, se prăjeşte puțin în untură, se adaugă ceapa tăiată peştişori, se lasă să se prăjească puțin, se adaugă puțină apă şi se lasă să fiarbă înăbuşit. Din cînd în cînd se mai adaugă puțină apă, procedînd astfel pînă cînd carnea este fiartă. Se adaugă bulionul sau roşiile curățate de pielițe şi semințe şi tăiate în bucăți mici, sarea şi puțin piper. Se acoperă cratița şi se lasă la foc mic ca să scadă. Se serveşte cu mămăliguță.

## 303 Fasole verde cu carne de vacă

**750 g carne, 1 kg fasole verde, 2 cepe, 2 linguri untură, 4-5 roşii, ½ linguriță făină, sare, verdeață tocată.**

Se taie carnea bucăți potrivite şi se prăjeşte cu untura. Se adaugă ceapa mărunt tocată, se lasă să se prăjească foarte puțin, se adaugă făina şi se amestecă bine. Se toarnă apoi apă caldă ca să acopere bucățile de carne, se pune sarea

şi se lasă să fiarbă la foc mic 30 min. Se pune fasolea curățată țși spălată, se mai lasă să fiarbă 15 min., apoi se adaugă roşiile fierte separat şi strecurate, şi verdeața tocată. Se dă la cuptor pînă scade bine.
Ceapa prăjită se poate înlocui cu ceapă rasă, crudă. În acest caz se pune o dată cu apa.

## 304 Mazăre cu carne de vacă

**500 g carne, 1 kg mazăre, 1 ceapă, 2 linguri untură, ½ linguriță făină, ½ linguriță zahăr, sare, mărar tocat, 1 lingură smîntînă (sau 2 linguri lapte), 1 pahar zeamă de carne sau supă.**

Se taie carnea bucăți potrivite, se prăjeşte în untură, apoi se pune ceapa tocată, se lasă să se prăjească foarte puțin, se adaugă făina, se amestecă ca să nu se prăjească prea tare şi se stinge cu un pahar de zeamă de carne sau apă. Se acoperă cratița cu capac şi se lasă să fiarbă pînă cînd carnea este aproape fiartă. Se adaugă mazărea curățată, sarea, zahărul, mărarul, smîntîna sau laptele şi se lasă să fiarbă la foc mic. Mîncarea trebuie să fie bine scăzută.
Ceapa prăjită se poate înlocui cu ceapa crudă rasă. În acest caz se pune o dată cu apa sau cu zeama de carne.

## 305 Bame cu carne de vacă

**500 g carne, 500 g bame, 2 linguri untură, 4-5 roşii, 1 lingură oțet, sare, puțin zahăr, verdeață tocată.**

Se taie carnea bucăți potrivite, se prăjeşte în untură, apoi se pune apa caldă (ca să cuprindă carnea) şi o ceapă mărunt tocată. Se acoperă şi se lasă să fiarbă încet, înăbuşit, pînă cînd carnea este aproape fiartă. Se adaugă bamele, care au fost spălate după ce au stat un timp în apă cu sare şi 2 linguri de oțet, sarea, zahărul, roşiile curățate de pielițe şi semințe şi tăiate în patru, o lingură de oțet şi verdeața tocată. Se lasă să fiarbă pînă cînd bamele sînt aproape fierte, apoi se dă la cuptor pentru 10-15 min.

## 306 Praz cu carne de vacă

**500 g carne, 1 legătură praz, 1 lingură bulion, ½ linguriță zahăr, 2 linguri untură, sare.**

Se prăjesc bucățile de carne pînă ce se rumenesc. Se acoperă carnea cu apă, se adaugă puțină sare şi se lasă să fiarbă pînă cînd carnea devine fragedă. În acest timp se curăță prazul, se taie şi se opăreşte cu apă clocotită. Prazul

scurs de apă se aşază peste carne, se adaugă bulionul şi zahărul şi se lasă să fiarbă 10-15 min. Se dă apoi la cuptor şi se lasă pînă cînd sosul este bine scăzut.

## 307 Varză dulce cu carne de vacă

**500 g carne grasă, 1 varză mijlocie, 2 cepe (facultativ), 2 ardei graşi, 2½ linguri untură, 1 pahar borş, 5-6 roşii mari, sare.**

Se taie carnea în bucăţi potrivite, se prăjeşte în untură pînă începe să se rumenească, se acoperă cu apă caldă şi se lasă să fiarbă încet, înăbuşit, cam o oră. În acest timp se taie varza foarte subţire, se freacă cu puţină sare şi se stoarce bine cu mîna de zeama pe care o lasă. Se aşază peste carne, se adaugă ardeii tăiaţi felii subţiri, ceapa şi roşiile tăiate de asemenea felii, şi borşul. Se lasă la cuptor cel puţin o oră. Dacă este nevoie se mai adaugă puţină apă sau zeamă de roşii.

## 308 Varză acră cu carne de vacă

**500 g carne grasă, 1 varză mijlocie, 4 linguri untură, ½ linguriţă boia de ardei, 1 lingură bulion.**

Se taie carnea în bucăţi potrivite şi se prăjeşte foarte puţin în untură. Se adaugă apă cît să acopere carnea şi se lasă să fiarbă acoperit cam ½ oră. În acest timp se spală varza acră şi se taie foarte fin. Se aşază peste carne, se adaugă boiaua, bulionul, puţină apă şi se lasă să fiarbă încet o oră. Dacă varza rămîne fără zeamă, se mai adaugă puţină apă caldă. Se dă apoi la cuptor şi se mai lasă încă o oră. Se serveşte cu mămăliguţă.

## 309 Ghiveci cu carne de vacă

**750 g carne grasă, 3 linguri untură, 1 pătrunjel, 1 morcov, 2 ardei graşi, 1 vînătă, 1 dovlecel, o mînă de bame, o mînă de fasole verde, o mînă de fasole grasă, o mînă de fasole ţuvără, 250 g mazăre, 1 conopidă mică, 2 cepe mari, 3 cartofi, 1 ţelină mică, 5-6 roşii mari, 2 căţei de usturoi (facultativ), verdeaţă tocată, sare.**

Se taie carnea în bucăţi potrivit de mari, se prăjeşte în untură pînă începe să se rumenească, se adaugă sare şi apă călduţă cît să cuprindă carnea. Se lasă să fiarbă la foc mic, acoperit, o oră, o oră şi jumătate. În acest timp se pregăteşte zarzavatul. Se curăţă, se spală şi se taie bucăţi nu prea mari. Se aşază zarzavatul peste carne, se adaugă roşiile curăţate de pieliţe şi seminţe – tăiate felii – verdeaţa şi sarea.

Se lasă să dea cîteva clocote, apoi se pune la cuptor, scuturînd cratița din cînd în cînd, ca să nu se prindă de fund. Se lasă pînă scade zeama cu totul.

### 310 Cartofi cu carne de vacă

**500 g carne, 2 linguri untură, 2-3 cepe, 500 g cartofi, 2 linguri bulion, 1 linguriță boia de ardei, sare, puțin cimbru (facultativ).**

Carnea spălată se taie în bucăți, se sărează puțin şi se pune la prăjit în untură. Cînd începe să se rumenească, se adaugă ceapa mărunt tocată crudă sau se lasă să se prăjească pînă se îngălbeneşte, apoi se adaugă apă cît să acopere carnea. Se fierbe la foc încet, acoperit, pînă ce carnea este aproape gata, apoi se adaugă bulionul, boiaua, sarea, puțin cimbru şi cartofii tăiați în două sau în patru (depinde de mărime). Dacă este nevoie se mai adaugă apă pentru ca să fie cartofi acoperiți. Se lasă să fiarbă la foc foarte mic pînă cînd cartofii sînt fierți şi mîncarea bine scăzută.

## Mîncări din carne de porc

### 311 Tocană de carne de porc

**Aceleaşi cantități ca la tocana de carne de vacă (v. 302).**

Se prepară la fel ca tocana de carne de vacă, reducînd untura la o lingură. Carnea de porc fierbe mai repede.

### 312 Fasole verde cu carne porc

**Aceleaşi cantități ca la fasole verde cu carne de vacă (v. 303).**

Se prepară la fel ca fasolea verde cu carne de vacă. Se foloseşte numai o lingură de untură şi timpul de fierbere al cărnii este mai scurt.

### 313 Mazăre cu carne porc

**Aceleaşi cantități ca la mazăre cu carne de vacă (v. 304).**

Se prepară ca mazărea cu carne de vacă. Se reduce cantitatea de untură la o lingură.

### 314 Praz cu carne porc

**Aceleaşi cantități ca la praz cu carne de vacă (v. 306).**

Se prepară la fel ca praz cu carne de vacă. Se întrebuințează numai o lingură de untură.

## 315 Ghiveci cu carne porc

**Aceleaşi cantităţi ca la ghiveci cu carne de vacă (v. 309).**

Se prepară la fel ca ghiveciul cu carne de vacă. Se folosesc numai două linguri untură.

## 316 Castraveţi cu carne porc

**500 g carne de porc, 8 castraveţi acri potrivit de mari, 2 linguri untură, 1 lingură bulion, 1 ceapă, ½ linguriţă făină, mărar tocat.**

Se prepară la fel ca raţa cu castraveţi acri (v. 362).

## 317 Varză dulce cu carne porc

**Aceleaşi cantităţi ca la varza dulce cu carne de vacă (v. 307).**

Se prepară la fel ca ghiveciul ca varza dulce cu carne de vacă. Se reduce cantitatea de untură la 1½ lingură.

## 318 Varză acră cu carne porc

**Aceleaşi cantităţi ca la varza acră cu carne de vacă (v. 308).**

Se prepară la fel ca ghiveciul ca varza acră cu carne de vacă. Se reduce cantitatea de untură la 2½ linguri.

## 319 Cartofi cu carne porc

**Aceleaşi cantităţi ca la cartofi cu carne de vacă (v. 310).**

Se prepară ca şi cartofii cu carne de vacă. Se foloseşte o lingură untură.

## 320 Ciuperci cu carne porc

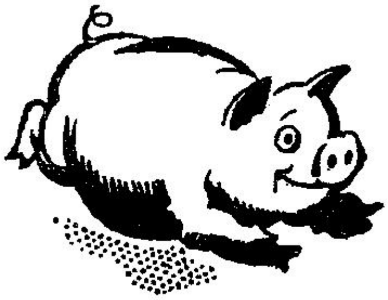
**500 g carne de porc 500 g ciuperci, 2 cepe, 2 linguri smîntînă, 1 lingură untură, sare, piper, făină.**

Se taie carnea în cuburi mici, se sărează şi se lasă să stea 30 min. În acest timp se curăţă ciupercile şi se taie bucăţi mari. Se tăvăleşte carnea uşor prin făină şi se prăjeşte în untură încinsă, se adaugă ceapa tăiată pătrăţele şi ciupercile, se prăjeşte totul la foc foarte mic timp de 20 min. Se adaugă smîntîna, piperul şi sare dacă mai este nevoie. Se lasă să fiarbă acoperit la foc mic pînă cînd carnea este fragedă. Dacă nu are suficient sos, se adaugă puţină apă.

## 320 Bigus

**1 varză acră mijlocie, 150 g slănină (sau piept) afumată, tăiată cuburi, 150 g crenvurşti tăiaţi bucăţi, 150 g salam afumat (orice fel de salam fără usturoi) tăiat cuburi, 2 linguri untură, piper pisat.**

Se taie varza foarte subţire; dacă este prea acră sau prea sărată, se spală în apă. Se pune la prăjit în untura înfierbîntată, împreună cu cuburile mici de slănină, salam şi crenvurşti. Se prăjeşte amestecînd mereu cu lingura şi adăugînd o lingură, două, de apă şi piperul. Cînd totul s-a prăjit bine, se dă la cuptor pentru ½ oră.



# Mîncări din carne de miel şi de berbec

## 322 Miel cu spanac

**500 g carne de miel, 1,5 kg spanac, 1 ceapă mare, ½ linguriţă făină, 2 linguri untură, 1 lingură bulion, sare, zeamă de lămîie.**

Carnea bine spălată şi tăiată bucăţi se rumeneşte în untură, se adaugă ceapa mărunt tocată, făina, spanacul (foarte bine ales, spălat, opărit şi bine scurs), o lingură de bulion, 2-3 linguri de apă şi sare. Se acoperă cratiţa şi se dă la cuptor ca să scadă bine. Cînd se serveşte, se pune zeamă de lămîie peste mîncare.

## 323 Stufat de miel

**500 g carne de miel, 30 fire ceapă verde, 30 fire usturoi verde, 3 linguri untură, ½ linguriţă făină, 2 linguri bulion (sau 500 g roşii), 1 lingură oţet, sare, un praf de zahăr.**

Carnea bine spălată şi tăiată bucăţi se prăjeşte cu o lingură de untură, apoi se adaugă făina, se lasă să se prăjească puţin şi se ia cratiţa de la foc. Usturoiul şi ceapa (curăţate, spălate şi tăiate bucăţi lungi de circa 5 cm) se prăjesc separat în restul de untură pînă se moaie puţin, apoi se aşază peste carnea prăjită, se adaugă sarea, bulionul sau roşiile fierte şi strecurate, zahărul şi 2-3 linguri de apă. Se pune la foc să dea un clocot, apoi la cuptor să scadă bine.

## 324 Miel cu tarhon

**Aceleaşi cantităţi ca la pui cu tarhon (v. 339). În loc de 1 pui, 600 g carne de miel.**

Se prepară ca puiul cu tarhon.

## 325 Ciulama de miel

**750 g carne de miel, 2 linguri untură, 1 ceapă, 2 linguri făină, sare.**

Se spală carnea, se taie bucăţi, se aşază într-o cratiță şi se toarnă apă cît s-o acopere. Se adaugă o ceapă întreagă şi sare. Se spumează şi se lasă să fiarbă acoperit pînă este gata; ceapa se aruncă. Separat se prăjeşte făina în untură fără însă să se rumenească. Se stinge cu zeama în care a fiert carnea, amestecînd repede să nu se formeze cocoloaşe şi se toarnă peste bucăţile de carne. Se mai lasă să dea un clocot. Ciulamaua este mai gustoasă dacă se adaugă în sos o ceşcuță de lapte.

## 326 Miel cu smîntînă

**750 g carne de miel, 1 lingură untură, 1 pahar smîntînă, 1 linguriță făină, sare, mărar tocat.**

Se spală carnea, se taie bucăţi şi se prăjeşte în untură pînă cînd se rumeneşte. Se adaugă făina, se amestecă bine, se lasă să se prăjească (foarte puțin) apoi se toarnă încet smîntîna, se sărează şi se lasă să fiarbă foarte încet 15-20 min. Se adaugă puțin mărar tocat şi se dă la cuptor să scadă puțin. (Cratița trebuie să fie acoperită). Se serveşte cu mămăliguță.

## 327 Miel în sos de iaurt

**750 g carne de miel, 500 g iaurt, ½ lingură făină, 2 linguri unt (sau untură), 1 lingură mărar tocat, sare.**

Bucăţile de carne de miel se prăjesc în unt. Cînd s-au rumenit puțin, se adaugă cîteva linguri de apă şi se lasă să fiarbă încet, acoperit, pînă cînd carnea este aproape fiartă (dacă este nevoie se mai adaugă puțină apă). Se face o pastă din iaurt şi făină, punînd cîte puțin iaurt peste făină şi amestecînd bine ca să evităm formarea cocoloaşelor. Această pastă se toarnă peste bucăţile de miel aproape fierte, se adaugă mărarul şi sarea şi se lasă să mai dea cîteva clocote pînă ce carnea este fiartă. Se serveşte cu mămăliguță.

## 327 Miel cu ciuperci

**Aceleaşi cantităţi ca la ciuperci cu carne de porc (v. 320).**

Se prepară la fel ca ciuperci cu carne de porc.

## 329 Pilaf de miel

**500 g carne de miel, 1 pahar orez, 2 pahare apă, 1 ceapă mare, sare, mărar, 2 linguri untură.**

Se taie carnea în bucăţi potrivite şi se prăjeşte cu o lingură de untură. Cînd se rumeneşte puţin se adaugă ceapa tocată foarte fin, apa şi sarea. Se acoperă cratiţa şi se lasă să fiarbă încă 5 min.

În acest timp orezul spălat se prăjeşte cu o lingură de untură însă fără să se rumenească. Se pune peste carne, se adaugă mărarul tocat, se acoperă cratiţa cu un capac învelit într-un şervet udat în apă rece şi stors, şi se dă la cuptor pînă cînd este gata (bobul de orez trebuie să fie moale şi frumos umflat).

## 330 Pilaf bulgăresc (cu măruntaie de miel)

**Măruntaiele şi intestinele de la un miel potrivite de mare, 2 linguri untură, 1½ pahar orez, 2 cepe, 3 pahare apă, sare, ½ linguriţă piper.**

Intestinele se spală, se rad, se întorc pe partea interioară, se mai spală în cîteva ape, se freacă cu sare şi se spală din nou. Apoi se taie în bucăţi mici. Tot astfel se taie inima, ficatul, plămînii şi rinichii (spălaţi şi curăţaţi de grăsimea din interior). Se pune totul într-o cratiţă la fiert, împreună cu o ceapă tăiată foarte mărunt, sarea, piperul şi apa. Cînd începe să clocotească, se spumează şi se adaugă orezul spălat şi uşor prăjit în untură. După ce dă un clocot, două, se dă la cuptor şi se lasă pînă ce orezul este gata.

## 331 Tocană de berbec

**Aceleaşi cantităţi ca la tocana de carne de vacă (v. 302).**

Se prepară la fel ca tocana de carne de vacă.

## 332 Varză acră cu carne de berbec

**Aceleaşi cantităţi ca la varza acră cu carne de vacă (v. 308).**

Se pregăteşte la fel ca varza acră cu carne de vacă.

# Mîncări din carne de pasăre

## 333 Pilaf de pui

**1 pui măricel, 2 linguri unt sau untură, 1 pahar orez, sare.**

Puiul curăţat şi spălat se taie bucăţi, se aşază într-o cratiţă împreună cu sarea şi se toarnă apă ca să acopere bucă-

țile; se lasă să fiarbă 15 min; se spumează. Orezul spălat se prăjeşte într-o cratiță cu untura. Orezul trebuie să se usuce bine, fără însă să se rumenească. Peste orezul astfel pregătit se aşază bucățile de pui şi se toarnă două ceşti din zeama în care a fiert puiul. Se lasă pe foc pînă începe să fiarbă, apoi se dă la cuptor pînă ce bobul de orez se umflă şi este moale.

## 334 Pui cu mazăre verde

**1 pui potrivit de mare, 750 g mazăre boabe, 1 lingură unt, ½ linguriță făină, ½ linguriță zahăr, mărar verde tocat, sare.**

Se taie puiul, curățat şi spălat, în bucăți potrivit de mari. Se prăjesc bucățile în unt ca să se îngălbenească, se adaugă făina amestecînd bine cu lingura şi se lasă pînă capătă culoare gălbuie, apoi se toarnă ½ pahar apă şi se adaugă sarea, zahărul şi mazărea boabe. Se lasă să fiarbă înăbuşit la foc mic şi, cînd este aproape gata, se adaugă puțin mărar tocat.

## 335 Anghemaht de pui

**1 pui, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, ½ lămîie, sare.**

Se fierb bucățile de pui ca pentru pilaf (v. 333). Se prăjeşte făina în unt pînă începe a se îngălbeni, se stinge cu o ceaşcă din zeama în care a fiert puiul, se adaugă sarea, bucățile de pui şi lămîia curățată de coajă şi tăiată felii. Se lasă să fiarbă la foc mic 5-10 min. Sosul trebuie să fie mult mai subțire decît la ciulama, de aceea dacă este nevoie se mai adaugă zeamă de pui.

## 336 Ciulama de pui

**1 pui, 1 ceapă, 1 lingură unt, ½ linguriță făină, sare.**

Se pregăteşte la fel ca ciulamaua de miel (v. 325), însă trebuie să fiarbă mult mai puțin.

## 337 Pui cu roşii

**1 pui, 1 lingură unt, 1 ceapă, ½ linguriță făină, 750 g roşii, ½ linguriță boia de ardei, sare, un praf de zahăr.**

Bucățile de pui se prăjesc înăbuşit în unt. Cînd sînt aproape gata, se adaugă ceapa tocată mărunt şi făina, amestecînd cu lingura, apoi se pun roşiile tăiate jumătăți şi scuturate de semințe, boiaua, sarea şi zahărul. Se lasă să fiarbă la foc mic (cu cratița acoperită) pînă cînd roşiile sînt fierte. În timpul fiertului nu se amestecă cu lingura; se mişcă cratița încet dintr-o parte în alta.

## 338 Pui cu smîntînă

**1 pui, 1 lingură unt, 1 linguriță făină, 1 pahar smîntînă bună, sare.**

Se prăjesc înăbuşit bucățile de pui într-o cratiță cu untul bine înfierbîntat, adăugînd cîte 1-2 linguri apă. Cînd puiul este aproape gata, se adaugă sarea şi apoi smîntîna bine amestecată cu făina. Se lasă să fiarbă la foc mic 10-15 min. Pînă se serveşte se ține pe marginea maşinii.

## 339 Pui cu tarhon

**1 pui mijlociu, 1 lingură untură, 1 ceapă, 4-5 roşii, ½ linguriță făină, tarhon, sare.**

Se prăjesc bucățile de pui în untură pînă încep să se îngălbenească. Se adaugă ceapa tocată mărunt şi făina. Cînd ceapa începe să se rumenească, se adaugă 3-4 linguri de apă, zeama de la 4-5 roşii, sarea şi tarhonul ales şi bine spălat. Cantitatea de tarhon poate varia după dorință. Se acoperă cratița şi se lasă să fiarbă la foc mic. Cînd carnea este aproape fiartă, se dă la cuptor pentru 15-20 min. Se poate prepara şi cu ceapa crudă, adăugînd-o, în acest caz, o dată cu apa.

## 340 Pui cu fasole verde

**1 pui, 750 g fasole, 2 linguri untură, 1 ceapă, ½ pahar zeamă de carne sau apă, 5-6 roşii, 1 linguriță verdeață, sare, 1 linguriță făină.**

Se prăjesc bucățile de pui în untură pînă încep să se îngălbenească. Se adaugă ceapa foarte mărunt tăiată, o linguriță făină, se amestecă şi se lasă să se prăjească puțin ceapa cu făina. Se adaugă jumătate de ceaşcă zeamă de carne (în lipsă, apă), fasolea curățată şi spălată şi roşiile, cojite, scuturate de semințe şi tăiate bucăți. Se pune sarea şi verdeața şi se lasă să fiarbă acoperit la foc mic jumătate de oră. Se dă apoi la cuptor ca să scadă zeama bine. Se poate prepara şi cu ceapa crudă, adăugînd-o în acest caz o dată cu zeama de carne.

## 341 Pui cu bame

**1 pui, 1 lingură untură, 500 g bame, 5-6 roşii, 1 ceapă, verdeață tocată, 1 lingură oțet, ½ linguriță zahăr, sare.**

Bamele, curățate şi spălate, se țin o oră în apă cu sare şi oțet. Bucățile de pui se prăjesc în untură pînă se îngălbenesc, se adaugă ceapa rasă, roşiile fierte şi strecurate, sarea,

zahărul şi bamele care, după ce au fost scoase din baia de oțet, au fost spălate în cîteva ape. Se lasă să fiarbă acoperit la foc mic pînă cînd bamele sînt aproape fierte. Se adaugă o lingură de oțet şi verdeața tocată şi se dă la cuptor ca să scadă puțin.

## 342 Pui cu vinete

**1 pui, 3 vinete mijlocii, 1 ceapă, 1 lingură făină, 3-4 linguri ulei, sare, pătrunjel verde tacat.**

Se taie vinetele pe lungime în sferturi, apoi fiecare sfert pe lățime în două. Se sărează şi se lasă să stea astfel cel puțin o jumătate de oră. Apoi fiecare bucată se stoarce cu mîna ca să iasă zeama neagră, se dă prin făină şi se prăjeşte în ulei. Bucățile de pui se prăjesc înăbuşit într-o lingură de ulei, se adaugă ceapa rasă şi 2-3 linguri apă. Se aşază vinetele prăjite peste bucățile de pui, se adaugă pătrunjelul, se acoperă cratița şi se lasă să fiarbă la foc mic 10-15 min, apoi se dă la cuptor pînă este gata.

## 343 Pui cu conopidă

**1 pui mijlociu, 1 conopidă mijlocie, ½ linguriță făină, 2-3 linguri vin alb sau 1 lingură zeamă de lămîie, 1 pahar apă, 2 linguri unt, sare, piper.**

Puiul, curățat şi spălat, se taie bucăți care se rumenesc într-o cratiță cu o lingură de unt. Se adaugă făina şi se stinge cu un pahar de apă. Se adaugă vinul, sarea şi piperul. Conopida, spălată şi desfăcută buchețele, se prăjeşte uşor cu o lingură de unt şi se pune peste bucățile de pui. Se lasă să fiarbă încet, pînă scade bine.

## 344 Găină rasol

**1 găină potrivit de mare, 2 morcovi, 1 pătrunjel, 1 țelină, 1 păstîrnac, 1 ceapă, 2 boabe ienibahar (facultativ), 1 foaie de dafin (facultativ), 3-4 cartofi, 3 l apă, sare.**

Găina, curățată şi spălată, se pune la fiert la foc mic într-o oală cu 3 l apă. Se spumează, apoi se adaugă zarzavatul, ceapa, ienibaharul, foaia de dafin şi sarea. Se acoperă şi se lasă să fiarbă la foc mic pînă cînd găina este aproape gata. Se adaugă cartofii tăiați jumătăți pe lung şi se lasă să fiarbă foarte încet pînă sînt gata. Se scoate găina, se taie frumos în bucăți, se aşază pe farfuria de servit, se garniseşte cu cartofii fierți, morcovul şi țelina tăiate felii

lunguiețe. Se stropeşte cu cîteva linguri din zeama în care a fiert. Se serveşte după gust cu ulei şi lămîie sau oțet, hrean sau mujdei de usturoi.

## 345 Găină cu mazăre verde

**Aceleaşi cantități ca la pui cu mazăre.**

Se prepară la fel ca puiul cu mazăre (v. 334) însă carnea se fierbe mai mult.

## 346 Anghemaht de găină

**Aceleaşi cantități ca la anghemaht de pui.**

Se prepară la fel ca anghemahtul de pui (v. 335), bucă-țile de găină se fierb însă mai mult.

## 347 Găină cu roşii

**Aceleaşi cantități ca la pui cu roşii.**

Se prepară la fel ca puiul cu roşii (v. 337). Se fierbe carnea mai mult.

## 348 Găină cu tarhon

**Aceleaşi cantități ca la pui cu tarhon.**

Se prepară la fel ca puiul cu tarhon (v. 339). Carnea se fierbe însă mai mult.

## 349 Găină cu fasole verde

**Aceleaşi cantități ca la pui cu fasole verde.**

Se prepară la fel ca puiul cu fasole verde tarhon (v. 340). Carnea se fierbe însă mai mult.

## 350 Găină cu bame

**Aceleaşi cantități ca la pui cu bame.**

Se prepară în acelaşi fel ca puiul cu bame (v. 341). Carnea se fierbe timp mai îndelungat.

## 351 Găină cu gutui

**6 porții de carne de găină, 4 gutui frumoase, 2 linguri făină, 2-3 linguri untură, 2 lingurițe zahăr, sare.**

Bucățile de carne se prăjesc într-o cratiță cu o lingură de untură pînă capătă culoare aurie. Se adaugă ½ linguriță de făină, sarea, se acoperă cu apă şi se lasă să fiarbă acoperit la foc mic. În acest timp se curăță gutuile de coajă, se taie

felii groase cam de două degete, se curăță de sîmburi şi de căsuță, se dau prin făină şi se prăjesc în untură pe o parte şi pe alta. Cînd carnea este aproape gata, se adaugă o linguriță de zahăr ars şii stins cu puțină zeamă de carne (sau apă) şi o linguriță de zahăr nears. Se aşază gutuile peste carne, se acoperă cratița şi se lasă să fiarbă la foc mic. Mîncarea nu se amestecă, ci se scutură cratița din cînd în cînd. Sosul trebuie să fie bine scăzut.

## 352 Chifteluțe din piet de găină

Se prepară la fel ca pîrjoalele moldoveneşti (v. 375). Se servesc fierbinți cu mazăre sau cu morcovi sote.

## 353 Găină cu vinete

**Aceleaşi cantități ca la pui cu vinete.**

Se prepară la fel ca puiul cu vinete (v. 342). Se fierbe carnea mai mult.

## 354 Găină cu smîntînă

**Aceleaşi cantități ca la pui cu smîntînă.**

Se prepară în acelaşi fel ca puiul cu smîntînă. (v. 338). Bucățile de găină se fierb mai mult.

## 355 Ciulama de găină

**Aceleaşi cantități ca la ciulama de pui.**

Se prepară la fel ca ciulamaua de pui (v. 336).

## 356 Pilaf de găină

**Aceleaşi cantități ca la pilaf de pui.**

Se prepară în acelaşi mod ca pilaful de pui (v. 333). Bucățile de găină se fierb timp mai îndelungat.

## 357 Găină cu măsline

**6 porții carne (pulpe, piept, etc.), 4 linguri ulei, 200 g măsline, 1 lingură bulion, 1 linguriță făină, 3 cepe, 1 linguriță oțet sau un păhărel de vin, 1 bucățică zahăr, sare, 1 foaie de dafin.**

Se prăjesc bucățile de găină în două linguri de ulei, se adaugă 3-4 linguri de apă şi se lasă să fiarbă înăbuşit la foc mic. Din cînd în cînd se întorc bucățile adăugînd cîte 2-3 linguri de apă. Cînd carnea este pe jumătate fiartă, se adaugă măslinele, spălate şi înțepate cu acul. Se

taie ceapa peştişori şi se prăjeşte cu două linguri de ulei pînă începe să se îngălbenească, se adaugă făina, se lasă să se prăjească puţin şi se stinge cu un pahar de zeamă de carne sau, în lipsă, cu apă, se adaugă bulionul, sarea, zahărul, foaia de dafin şi vinul sau oţetul. Acest sos se toarnă în cratiţa cu carne şi se lasă să fiarbă pînă ce carnea este gata. Se poate servi caldă sau rece.

## 358 Boboc de raţă pe varză acră

**1 boboc de raţă, 1 varză acră mijlocie, 3 linguri untură, 1 lingură bulion, ½ linguriţă boia de ardei, cîteva boabe de piper, sare.**

Bobocul de raţă, curăţat şi spălat, se sărează şi se lasă să stea o oră cu sare. În acest timp se spală varza, se toacă foarte fin şi se prăjeşte în untură, adăugînd boiaua, bulionul boabele de piper şi sarea (dacă este nevoie). Se pune varza într-o tavă care merge la cuptor, aranjată în strat uniform, iar peste ea se aşază bobocul de raţă care a fost şters bine cu şervetul şi uns cu untură. Se dă la cuptor avînd grijă să turnăm din cînd în cînd peste boboc cîte o lingură din zeama din tavă. Cînd bobocul s-a rumenit frumos pe o parte, se întoarce şi se lasă să se rumenească şi pe cealaltă parte.

## 359 Boboc de raţă pe varză dulce

Se prepară în acelaşi fel ca bobocul de raţă pe varză acră, cu singura deosebire că se adaugă puţin borş şi pătlăgele roşii, ca să capete varza gust acrişor.

## 360 Raţă cu măsline

Se prepară la fel ca găina cu măsline (v. 357).

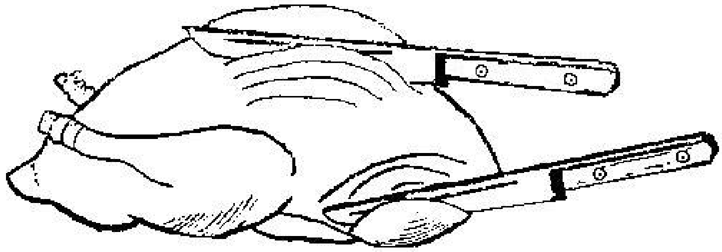
## 361 Raţă cu varză acră sau dulce

Se prepară la fel ca bobocul cu varză acră sau varză dulce (v. 358, 359).

## 362 Raţă cu castraveţi verzi

**1 raţă mică, 8 castraveţi potrivit de nari, 2 linguri untură, 1 lingură bulion, 1 ceapă, ½ linguriţă făină, sare, mărar tocat.**

Bucăţile de raţă se prăjesc în untură pînă se rumenesc, se adaugă ceapa tocată şi făina şi se lasă să se mai prăjească



puțin, apoi se sting cu atîta apă caldă, cît să acopere carnea. Se lasă să fiarbă acoperit la foc mic jumătate de oră. În acest timp se aleg castraveții tari, se taie în bucăți de 5-6 cm lungime, și se spală. În cazul cînd sînt sărați prea tare, se țin în apă caldă timp de o oră. Se pun castraveții peste carne, bulionul, zahărul, mărarul tocat, și se lasă să fiarbă la foc mic, pînă ce scade zeama și carnea este fiartă. Se poate prepara și cu ceapa crudă. În acest caz se pune o dată cu apa caldă.

## 363 Gîscă pe varză

Se prepară la fel ca bobocul de rață pe varză (v. 358, 359).

## 364 Gîscă cu măsline

Se prepară la fel ca găina cu măsline (v. 357).

## 365 Mîncare de curcan cu castane

**12 bucățele mici de curcan, 1 lingură untură, 1 linguriță unt, 1 linguriță făină, 1 ceapă mică, 750 g castane, 1½ linguriță zahăr, sare.**

Bucățile de curcan se prăjesc în untură, într-o cratiță, pînă încep să se îngălbenească. Se toarnă zeamă de carne sau apă atît cît să fie bucățile aproape acoperite, se adaugă sarea și o ceapă întreagă și se lasă să fiarbă încet, acoperit, pînă cînd carnea este aproape fiartă. Se înlătură ceapa. Separat se prăjește făina rumen, se stinge cu zeama în care au fiert bucățile de curcan și se adaugă zahărul ars (1 linguriță) și stins tot cu puțină zeamă de carne. Acest sos se pune în cratiță peste bucățile de curcan, se mai adaugă ½ linguriță zahăr, sare, untul și castanele fierte și curățate cu multă grijă ca să nu se sfărîme. Se lasă să fiarbă la foc mic pînă ce sosul scade bine (mîncarea trebuie să aibă foarte puțin sos).

## 366 Curcan cu caise uscate

Se pregătește ca și curcanul cu castane (v. 365), înlocuind castanele cu caise uscate. Acestea se pun cînd carnea este

aproape gata, avînd grijă să nu se terciuiască. Dacă mîncarea pare prea acră, se mai adaugă puțin zahăr.

## 367 Curcan cu măsline

Se prepară la fel ca găina cu măsline (v. 357).

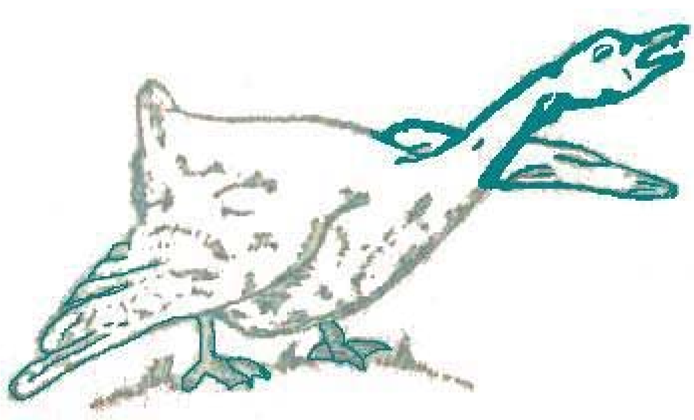
## 368 Curcan cu gutui

Se prepară la fel ca găina cu gutui (v. 366).

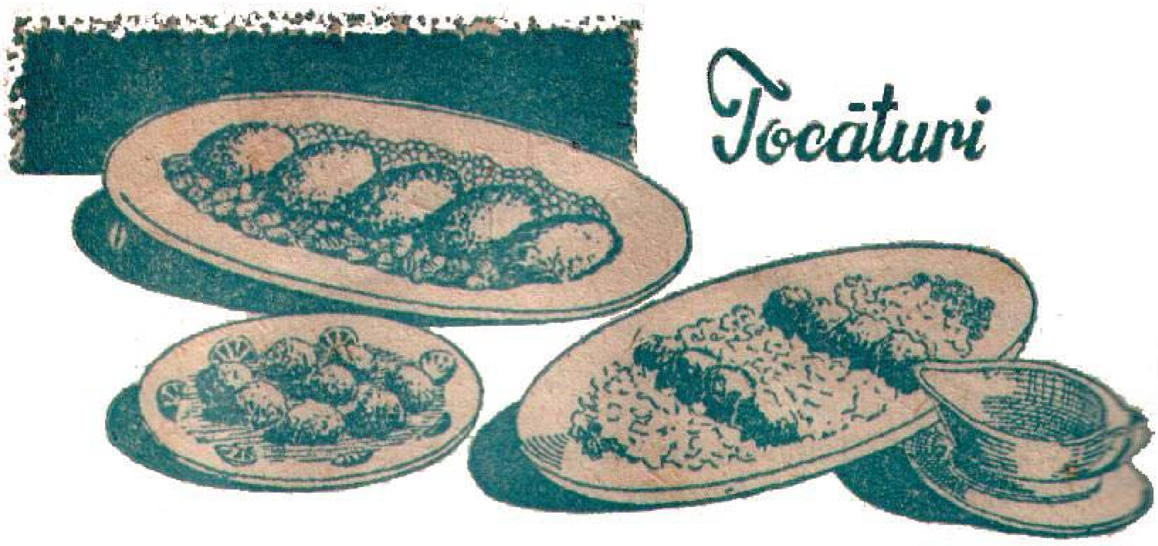
## 369 Pateu de ficat de pasăre, cu lapte

**1 ficat de gîscă sau 2-3 de găină, 2 cepe (facultativ), 150 g unt, 2-3 linguri lapte, sare, gogoşari, castraveciori, ouă.**

Se taie cepele în patru, se aşază pe fundul unei cratițe mici, se pune o lingură de unt, ficatul, laptele şi 2-3 linguri de apă. Se acoperă cratița şi se lasă la foc mic pînă scade cu totul apa. După ce s-a răcit, se dă prin maşina de tocat cu ceapă cu tot, se pune într-un castron şi se freacă cu restul de unt pînă devine ca o pastă spumoasă. La sfîrşit se adaugă sarea trebuincioasă, se amestecă, se aşază pe o farfurie de servit şi se garniseşte cu gogoşari acri, castraveciori acri şi ouă răscoapte.



# Tocături



## 370 Ruladă de carne tocată

**1 kg carne macră, 150 g slănină, 2 cepe, 1 felie pîine albă (miezul), 1 ou crud, 4 ouă fierte tari, sare, piper, 1 linguriță verdeață tocată, 1 lingură pesmet, salată verde sau sfeclă roşie.**

Se dă prin maşina de tocat carnea împreună cu cele două cepe tăiate mărunt, crude sau rumenite în untură, miezul de pîine muiat şi slănina. Se adaugă sare, piper, verdeața tocată şi oul crud. Totul se amestecă bine. Se aşterne pe masă un şervet curat şi bine muiat în apă. Pe el se întinde tocătura în formă de dreptunghi cu baza de trei ori mai mare decît înălțimea. Pe mijlocul dreptunghiului de carne se aşază ouăle fierte tari (şi curățate), în şir, unul după altul. Se ridică capetele şervetului astfel ca tocătura să îmbrace (acopere) ouăle. Rulada se aşază încet pe o tavă unsă cu untură şi pe deasupra se unge cu o pană muiată în untură, se presară cu pesmet şi se dă la cuptor pentru ¾ oră. Se serveşte tăiată felii de grosimea unui deget, garnisită cu salată verde sau cu salată de sfeclă roşie.

## 371 Ruladă de carne tocată umplută cu macaroane

**Tocătura ca la rulada de carne (v. 370), 200 g macaroane, 1 lingură unt, 1 ou, un vîrf cuțit piper.**

Se fierb macaroanele în apă sărată, se strecoară, se spală cu apă rece, se lasă să se scurgă, apoi se amestecă cu oul bătut spumă, piperul şi untul încălzit. Pe un şervet curat udat cu apă se întinde tocătura în strat uniform, gros de 1 cm. Pe mijlocul tocăturii se aşază macaroanele. Se ri-

dică marginile şervetului în aşa fel ca tocătura să se unească acoperind macaroanele. Se obține astfel un sul. Se aşază rulada în tava unsă cu untură, se unge cu ou, se presară cu pesmet şi se dă la cuptor ca să se coacă la foc potrivit, timp de 30-40 min. Se serveşte tăiată felii de grosimea unui deget, cu salată verde, salată de sfeclă sau sote de morcovi.

## 372 Ruladă de carne tocată umplută cu orez

**Tocătura de carne pentru ruladă (v. 370), 150 g orez, 1 lingură unt, 1 ou, puțin piper.**

Se prepară la fel ca rulada de carne umplută cu macaroane, înlocuind macaroanele cu orez.

## 373 Ruladă de iarnă

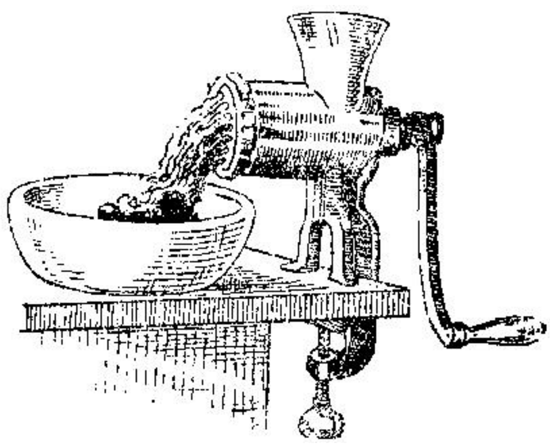
**Tocătura de carne ca pentru ruladă (v. 370), 150 g slănină, 5-6 boabe ienibahar, 2-3 cuişoare, ½ linguriță cimbru, 10 boabe piper, 3 linguri zeamă de carne sau apă.**

În tocătură se adaugă slănina tăiată cuburi mici şi mirodeniile foarte fin pisate. Se amestecă bine. Pe un fund de lemn presărat cu pesmet se pune tocătura, dîndu-i-se forma unui sul. Se aşază într-o formă de chec unsă cu untură şi presărată cu pesmet, se stropeşte cu untură şi se dă la cuptor. Se serveşte tăiată felii cu garnitură de varză călită. Este foarte gustoasă rece. Această ruladă este mai bună din carne amestecată, jumătate carne de porc, jumătate carne de vacă.

## 374 Mititei

**1 kg carne de vacă, 250 g seu, ¼ linguriță bicarbonat, 2-3 căței usturoi, puțin piper, ienibahar şi chimion pisat, 2-3 linguri zeamă de carne, sare.**

Se toacă de două ori prin maşină carnea împreună cu seul. Se adaugă sarea, mirodeniile, usturoiul pisat, zeama de carne şi bicarbonatul, şi se frămîntă totul cu mîna timp de 15 min, adăugînd puțin cîte puțin, două linguri de apă. Castronul cu carnea frămîntată se ține 5-6 ore pe gheață. Aproape de frigere, se iau cu lingura din to-



cătură cantități egale şi se formează cu mîna udă în apă, mititei. Înainte de a fi aşezați pe grătar, se ung bine cu ulei, iar în timpul frigerii, se ung cu o pană, cu zeamă de carne amestecată cu puțin ulei.

## 375 Pîrjoale moldoveneşti

**500 g carne, 3 cepe, 1 ou, 2 felii pîine albă, 1 lingură untură, pătrunjel şi mărar tocat, sare, piper, untură pentru prăjit.**

Carnea tăiată bucăți se dă prin maşina de tocat împreună cu o ceapă crudă, pîinea muiată şi bine stoarsă de apă şi două cepe tocate mărunt, uşor prăjite cu o lingură de untură. Tocătura se pune într-un castron, se adaugă un ou, sare, piper şi verdeață tocată. Se amestecă totul foarte bine. Se ia cu o lingură din tocătură o cantitate potrivită şi se dă cu mîna forma dorită (rotundă sau lunguiață), se dă prin pesmet şi se prăjeşte în untură încinsă, pe o parte şi pe cealaltă.

Pîrjoalele se fac din carne de vacă, de porc, de berbec, din piept de pasăre sau din carne amestecată, de vacă şi de porc. Verdeața se poate înlocui cu usturoi pisat. Se servesc fierbinți, cu pire de cartofi, cu sote de legume, cu salată sau cu murături.

## 376 Chiftele marinate

**Aceeaşi tocătură ca la pîrjoale moldoveneşti (v. 375), 4-5 roşii sau 1 lingură bulion, 1 ceapă mică, 2-3 boabe ienibahar, 1 foaie de dafin, ½ linguriță zahăr, 1-2 linguri oțet, sare, verdeață tocată, untură pentru prăjit, făină (1-2 linguri).**

Din tocătură se fac perişoare, se dau prin făină şi se prăjesc uşor într-o tigaie cu untură încinsă. Se prăjesc repede întorcîndu-le pe toate părțile (focul trebuie să fie iute). Perişoarele prăjite se aşază într-o cratiță şi se acoperă cu următorul sos. În tigaia în care s-au prăjit perişoarele se pune o ceapă mărunt tocată, se prăjeşte cu ½ linguriță făină şi se stinge cu roşiile fierte şi strecurate. Se adaugă sarea, zahărul, ienibaharul, foaia de dafin oțetul şi verdeața. Se lasă cartița să fiarbă la foc mic, scuturînd-o din cînd în cînd ca să nu se prindă de fund.

## 377 Ardei umpluți cu carne

**12 ardei mijlocii, 750 g carne, 2 cepe, 2 linguri orez, 1 lingură untură, mărar şi pătrunjel tocat, sare, piper, două roşii.**

**Sosul: 500 g roşii, ½ ceapă, 1 linguriță zahăr, ½ linguriță făină, sare, pătrunjel tocat, 1 lingură untură, smîntînă.**

Se spală ardeii, se şterg, se scot cotoarele şi se scutură semințele. Carnea se toacă, se pune într-un castron, se adaugă două cepe tăiate mărunt, prăjite sau crude, şi o lingură de untură, orezul spălat, pătrunjelul şu mărarul tocat, piperul şi sarea. Se amestecă totul bine şi cu această umplutură se umplu ardeii, astupîndu-i cu cîte o felie de roşie. Se aşază într-o cratiță şi se toarnă următorul sos. Se prăjeşte ceapa fin tocată şi făina în untură pînă se rumenesc puțin; se stinge rîntaşul cu zeamă de roşii (fierte şi strecurate). Se adaugă zahărul şi sarea.

Ardeii trebuie să fie acoperiți cu acest sos, dacă nu-i acoperă, se adaugă apă. Se presară cu pătrunjel tocat, se pune cratița la foc, se lasă să fiarbă puțin, apoi se dă la cuptor pînă sînt gata. Se servesc cu smîntînă.

## 378 Roşii umplute cu carne

**Aceleaşi cantități ca la ardei umpluți cu carne.**

Se prepară la fel ca ardeii umpluți cu carne (v. 377).

## 379 Vinete umplute cu carne

**6 vinete mici, 400 g carne macră, 2 cepe, 3 linguri untură, 500 g roşii, 1 linguriță făină, ½ linguriță zahăr, 1 lingură mărar şi pătrunjel tocat, sare, piper.**

Se taie cozile vinetelor, după care vinetele se pun la fiert 5-6 min, în apă sărată. Se scot şi se țin în apă rece pînă cînd se răcesc. Se scurg bine şi se scobesc în mijloc. Miezul scobit nu se aruncă, ci se ține în strecurătoare ca să se scurgă bine. Carnea se toacă, se adaugă ceapa tăiată mărunt, crudă sau rumenită, şi două linguri de untură, sarea, piperul, verdeața tocată şi miezul vinetelor bine scurs. Se amestecă bine şi cu această tocătură se umplu vinetele.

Se prăjeşte într-o cratiță o bucățică mică de ceapă fin tocată cu o lingură de untură, se adaugă făina, se lasă să se îngălbenească uşor, apoi se stinge cu roşiile fierte şi strecurate. Se adaugă sarea şi zahărul. În acest sos se aşază vinetele, se presară puțină verdeață tocată şi se lasă să fiarbă acoperit la foc mic pînă cînd sosul este potrivit de scăzut.

## 380 Dovlecei umpluți cu carne

**6 dovlecei nu prea mici, 400 g carne macră, 2-3 cepe, 2 linguri orez, pătrunjel şi mărar tocat, sare, piper, 2 linguri untură.**

**Sosul: 500 g roşii, ½ ceapă, 1 linguriotă făină, sare, pătrunjel tocat, 1 lingură untură, smîntînă.**

Se rad dovleceii de coajă, se taie în două şi se scobesc de miez. Tocătura se prepară la fel ca pentru ardeii umpluți (v. 377). Se umplu dovleceii, se dau prin făină şi se prăjesc în untură, se aşază într-o cratiță şi se acoperă cu sosul preparat ca la ardei umpluți. Se fierb la foc mic sau, mai bine, în cuptor. Se servesc cu smîntînă

## 381 Praz umplut cu carne

**700 g carne macră (se recomandă carne de porc amestecată cu carne de vacă), 4 cepe mari, 2 linguri orez, 1 felie pîine, 3 linguri untură, 5-6 roşii sau 1 lingură bulion, sare, piper, mărar tocat, smîntînă.**

Tocătura se prepară la fel ca la sarmale cu varză (v. 388). Prazul se taie bucăți lungi de 6-7 cm, se opăreşte şi se trage miezul (în aşa fel ca să se obțină tuburi). Se umplu cu tocătură şi se aşază în cratiță. Peste un rînd de praz umplut se pune praz fin tăiat (cel rămas). Se pun roşiile fierte şi strecurate (sau bulionul) şi se adaugă apă ca să fie bucățile de praz de-abia acoperite. Se pune la fiert şi cînd este aproape gata, se dă la cuptor pînă ce scade bine. Se serveşte cu smîntînă.

## 382 Varză umplută cu carne

**1 varză mijlocie, 500 g carne macră, 2-3 cepe, 1 lingură orez, 2 linguri untură, sare, piper, verdeață tocată, 500 g roşii, ½ linguriță zahăr, ½ linguriță făină, 1 lingură oțet, smîntînă.**

Se curăță varza de primele foi exterioare şi se scobeşte coceanul. Se aşază varza într-o oală cu apă sărată şi se lasă să fiarbă cîteva minute (pînă încep să se moaie foile). Carnea se toacă, se amestecă cu orezul, ceapa crudă sau uşor prăjită, o lingură de untură şi puțin piper. După ce varza a fost scoasă din apă şi s-a răcit, se aşază pe un fund de lemn, se scot cîteva foi din miez, se răsfiră celelalte şi între ele se pune tocătura. Se potrivesc cu mîna foile la loc, dîndu-i-se verzei forma inițială (rotundă), se aşază într-o cratiță cu partea unde a fost scobită în sus şi se toarnă peste ea următorul sos. Se prăjeşte o bucățică de ceapă mărunt tăiată cu o lingură de untură, se adaugă făina, se lasă să capete culoare gălbuie şi se stinge cu roşiile fierte

şi strecurate. Se adaugă sarea, zahărul şi oțetul. Dacă acest sos nu acoperă varza, se mai adaugă puțină apă. Se acoperă cratița şi se lasă să fiarbă la foc mic. Cînd este aproape gata, se presară cu verdeață şi se dă la cuptor 30 min. Se serveşte cu smîntînă.

## 383 Cartofi umpluți cu carne

**12 cartofi mijlocii, 350 g carne macră, 2 linguri untură, 2 cepe, 1 lingură verdeață tocată, 1 lingură făină, 1 lingură bulion sau 500 g roşii, ½ linguriță zahăr, sare, piper, 1 pahar smîntînă.**

Se curăță cartofii şi se scobesc cu ajutorul cuțitului special sau în lipsa acestuia cu un briceag. Carnea tocată se amestecă cu ceapa tăiată mărunt, prăjită sau crudă, cu o lingură de untură. Piperul, sarea şi verdeața tocată. Cu această tocătură se umplu cartofii, se dau prin făină şi se rumenesc în untură, întorcîndu-i pe toate părțile. Se aşază cartofii rumeniți într-o cratiță şi se toarnă peste ei următorul sos. În untura rămasă de la prăjitul cartofilor se prăjeşte ½ linguriță făină şi se stinge cu bulion (sau cu zeamă de roşii). Se adaugă zahărul, sarea şi apă (în cazul cînd se prepară cu bulion). Sosul trebuie să acopere cartofii.
Se lasă cratița pe foc ca să fiarbă încet cîteva minute, se toarnă smîntîna şi se dă la cuptor pînă sînt cartofii cartofii gata.

## 384 Musaca de cartofi cu carne

**500 g carne macră, 750 g cartofi, 2 cepe, 3 linguri untură, sare, piper, verdeață, 1 lingură bulion sau 3-4 roşii, pesmet.**

Se curăță cartofii şi se taie felii de grosimea unui deget. Se presară cu puțină sare, se lasă cîteva minute să stea cu sarea apoi se şterg cu un şervet şi se prăjesc pe amîndouă părțile.
Se dă carnea prin maşină împreună cu două cepe crude, apoi se pune la prăjit într-o tigaie cu o lingură de untură. Se adaugă sare şi piper şi se lasă ca tocătura să se prăjească foarte puțin (ea trebuie să rămînă mustoasă).
Într-o cratiță unsă cu untură şi presărată cu pesmet se aşază un rînd de cartofi, apoi un rînd de carne. Se procedează astfel pînă sînt puşi toți cartofii şi toată carnea, avînd grijă ca ultimul rînd să fie de cartofi, iar între rînduri se presară verdeață tocată. Se toarnă o lingură de bulion amestecată cu un pahar de zeamă de carne (vara, peste cartofi se pune un rînd de roşii tăiate felii; în acest caz nu se

mai pune bulionul cu zeama de carne). Se dă la cuptor pînă scade bine.

### 385 Musaca de dovlecei

**5-6 dovlecei mari, tocătura ca la musaca de vinete (v. 386), 1 pahar smîntînă.**

Se rad dovleceii şi se taie felii de grosimea unui deget. Se sărează, se lasă cu sarea 10 min, apoi se şterg cu un şervet curat, se dau prin făină şi se prăjesc.
Mai departe, se prepară la fel ca musacaua de cartofi (v. 384). În loc de roşii sau bulion se toarnă un pahar de smîntînă. Se ține la cuptor pînă scade bine.

### 386 Musaca de vinete

**5 vinete mijlocii, 750 g carne macră, 3 cepe mari, 3-4 linguri untură, 3-4 roşii, 1 ou, 1 pahar smîntînă, 1 lingură făină, 2-3 linguri zeamă de carne sau apă, piper, sare, pătrunjel tocat, pesmet.**

Se taie vinetele de grosimea unui deget, se presară cu puțină sare şi se lasă cel puțin 30 min, pentru ca zeama neagră din vinete să se scurgă. În acest timp se dă carnea prin maşină. Se taie o ceapă mărunt, se prăjeşte cu o lingură de untură fără să fie lăsată să se rumenească, se pun în aceeaşi tigaie carnea tocată, piperul şi sarea, şi se lasă să se prăjească puțin. Carnea trebuie să fie mustoasă.
Fiecare felie de vînătă se stoarce uşor cu mîna, se şterge cu un şervet şi se prăjeşte în untură pe o parte şi pe alta. Pe fundul unei cratițe unse cu untură şi presărată cu pesmet se aşază un strat de roşii tăiate felii subțiri, peste roşii un rînd de vinete, apoi un rînd de carne. Se procedează astfel pînă cînd se aşază toate vinetele şi toată carnea. Ultimul rînd trebuie să fie de vinete, peste care se aşază roşii tăiate rotogoale subțiri.
Se pune cratița la cuptor pentru o jumătate de oră.
Apoi se toarnă peste musaca smîntîna amestecată bine cu făină, cu o lingură de zeamă de carne şi cu un ou bătut spumă. Se presară puțin pătrunjel tocat şi se mai lasă la cuptor pînă se rumeneşte puțin. Se serveşte imediat tăiată bucăți.

### 387 Musaca de macaroane sau de tăiței de casă

**Tocătura din aceleaşi cantități şi preparată în acelaşi fel ca la musaca de vinete (v. 386), 500 g macaroane sau tăiței de casă, 2 ouă, sare, 2 linguri unt sau untură, pesmet.**

Se fierb macaroanele în apă sărată, se spală cu apă rece, se scurg bine şi se amestecă cu două ouă bătute spumă şi două

linguri unt sau untură. În cratița unsă şi presărată cu pesmet se aşază jumătate din macaroane, apoi tocătura, iar deasupra restul de macaroane. Se presară cu pesmet, se stropeşte cu unt topit sau untură şi se dă la cuptor pînă se rumeneşte. Cînd se serveşte, se răstoarnă pe o farfurie de servit rotundă.

## 388 Sarmale cu varză dulce

**1 varză mare, 750 g carne macră (se recomandă carne de porc amestecată cu carne de vacă), 4 cepe mari, 2 linguri orez, 1 felie pîine, 3 linguri untură, 5-6 roşii sau 1 lingură bulion, sare, piper, mărar tocat, 1 l borş, smîntînă.**

Carnea se toacă împreună cu miezul de pîine muiat în apă şi cu o ceapă crudă. Se pune într-un castron şi se amestecă cu orezul spălat, mărarul, piperul, sarea şi trei cepe prăjite în două linguri de untură (ceapa se prăjeşte foarte puțin, numai pînă începe să se îngălbenească). Se amestecă totul bine. Se scobeşte cu cuțitul coceanul verzei, iar varza se opăreşte cu borş. Apoi foile verzei se desprind cu atenție ca să nu se rupă, se taie mărimea necesară pentru o sarma şi se înveleşte carnea. Cu cît sînt mai mici, cu atît sarmalele sînt mai gustoase. Se aşază în cratiță un rînd de sarmale, se acoperă cu varza rămasă neîntrebuințată, tăiată fin ca tăițeii, şi cu un rînd de roşii tăiate felii foarte subțiri. Se procedează astfel pînă cînd se aşază toate sarmalele în cratiță, avînd grijă ca ultimul rînd să fie de roşii, sau se adaugă bulionul. Se pune o lingură plină de untură, se toarnă borşul şi se lasă să fiarbă pe maşină, la foc mic, 30 min. Apoi se dau la cuptor ca să scadă zeama. Se servesc cu smîntînă.

## 389 Sarmale cu varză acră

**Pentru tocătură aceleaşi cantități şi acelaşi mod de pregătire ca la sarmale cu varză dulce (v. 388), 1 varză acră, 1 linguriță boia ardei, 1 lingură bulion, cimbru (facultativ).**

Se prepară la fel ca sarmalele cu varză dulce. Fiecare rînd de sarmale se acoperă cu un strat de varză tocată şi puțin cimbru.

Se pun la fiert cu apă şi se adaugă boia şi bulion.

## 390 Sarmale cu foi de viță

**Aceeaşi tocătură ca la sarmale cu varză dulce (v. 388), 250 g foi de viță, 2 linguri mărar tocat, 0,500 l borş, sare, 1 pahar smîntînă sau iaurt.**

Foile de viță trebuie să fie tinere. Se spală în cîteva ape şi se opăresc. Apoi se fac sarmale ca şi cele cu varză.

Fiecare rînd de sarmale aşezat în cratiță se presară cu mult mărar, iar ultimul rînd se acoperă cu foi de viță. Se pune o lingură de untură, puțină sare şi borşul (ca să acopere sarmalele; dacă este nevoie se adaugă apă). Se fierb pe maşină (cratița acoperită) la foc mic. Cînd sînt fierte se dau la cuptor ca să scadă bine zeama. Se servesc cu smîntînă sau iaurt.

## 391 Sarmale cu foi de viță şi carne de miel

Se prepară la fel ca sarmalele cu foi de viță şi carne de vacă (v. 390). Sînt mai gustoase cu carne de miel.

## 392 Drob de miel

**Măruntaiele de la un miel, 2 cepe mari, 2 ouă, 1 lingură verdeață tocată, 1 lingură cozi de ceapă verde tocate, sare, piper, 1 lingură untură, 1 felie pîine albă.**

Se dau măruntaiele prin maşina de tocat cu ceapa mărunt tocată, crudă sau puțin prăjită, untura şi miezul de la o felie de pîine muiat în apă. Se adaugă sarea, piperul, verdeața, cozile de ceapă verde, ouăle bătute spumă şi se amestecă totul bine.

Într-o cratiță unsă cu untură se aşază prapurul bine spălat, în aşa fel ca să acopere fundul, laturile cratiței şi să se reverse peste ele. Se aşază tocătura, se acoperă marginile cu marginile prapurului şi se coace la cuptor. Cînd este gata, se răstoarnă pe farfurie şi se serveşte cu salată verde.

## 393 Drob de miel în aluat

**Aceeaşi tocătură ca la drob de miel (v. 392).**

**Aluatul: 1 ou, 1 lingură untură, 1 linguriță smîntînă, 1 linguriță oțet, sare, 170 g făină.**

Se frămîntă un aluat dintr-un ou, untură smîntînă, oțet, sare şi făină. Aluatul nu trebuie să fie vîrtos. Se întinde cu o vergea o foaie, se aşază într-o cratiță unsă, ca şi prapurul (v. 392), se pune tocătura şi se acoperă cu marginile foii de aluat. Se unge cu untură şi se pune la cuptor. Cînd este gata, se răstoarnă pe o farfurie şi se serveşte cu salată verde.

## 394 Şnițel din carne tocată

**600 g carne macră, 2 linguri unt sau untură, ½ pahar pesmet pisat, puțin piper, sare.**

Carnea, spălată, se trece prin maşina de tocat sau se toacă cu satîrul, se amestecă bine cu sare şi piper. Din această

pastă se fac şase turtiţe de grosimea unui centimetru, se dau prin pesmet şi se prăjesc în grăsimea fierbinte. Se servesc cu cartofi prăjiți, pire de cartofi sau legume fierte şi opărite cu unt.

## 395 Crenvurşti cu pire de cartofi

**500 g crenvurşti.**

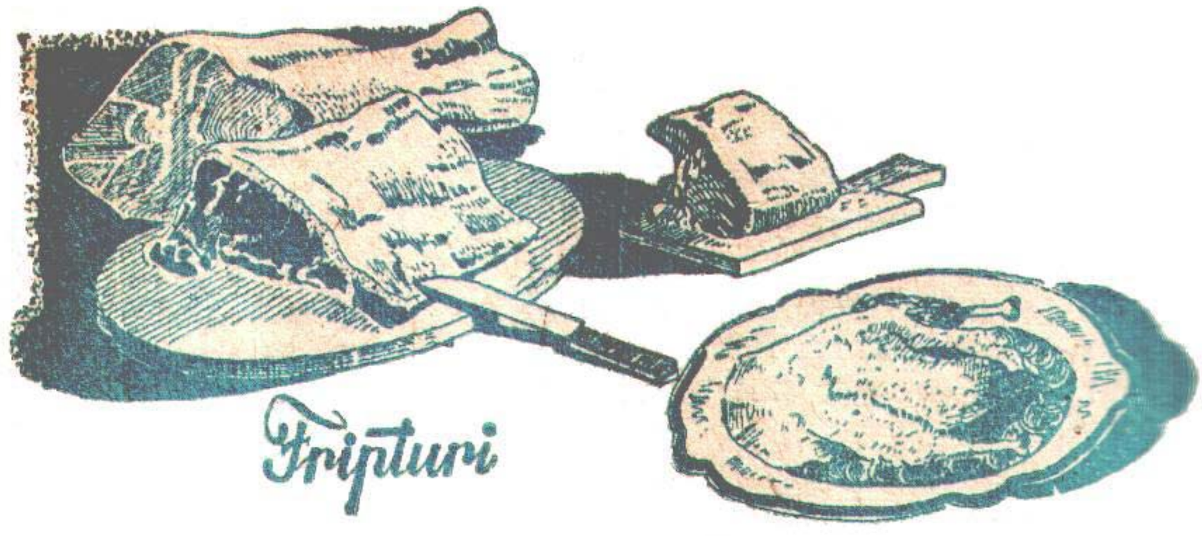
Se pun crenvurştii în apă fierbinte să dea un clocot, două. Pireul de cartofi (v. 191) se aşază pe o farfurie, peste el se aranjează crenvurştii şi se serveşte cu o salată oarecare. Crenvurştii se mai pot servi şi cu cartofi fierți şi opăriți cu unt.

## 396 Parizer prăjit

**12 felii parizer, 2 linguri untură.**

Se curăţă feliile de parizer de pieliță şi se prăjesc pe amîndouă părţile în untură fierbinte. Se servesc cu cartofi fierţi sau prăjiți. Untura în care s-a prăjit parizerul se toarnă peste cartofi.






# Cîteva sfaturi pentru reuşita fripturilor

Înainte de a pune la fript o bucată de carne mai mare, un miel, un purcel, o pulpă, un muşchi, o pasăre, se sărează şi se lasă să stea astfel un ceas ca să pătrundă sarea bine. Apoi se şterge cu un şervet, se unge cu un strat subţire de untură şi se pune pe tavă cu puţină untură şi cîteva linguri de apă.

La friptura de porc, viţel şi muşchi se adaugă cîte un păhărel de vin, iar purcelul se stropeşte cu puţin rom.

În timpul frigerii, din cînd în cînd, se udă friptura cu sosul din tavă; astfel căpătăm o friptură mustoasă.

Unele gospodine fac greşeala să înţepe friptura cu furculiţa în timpul frigerii; aceasta nu este permis, deoarece prin înţepare carnea pierde din must.

Orice friptură prăjită sau friptă cu untură capătă aromă plăcută dacă este unsă, cînd este gata, cu o pană muiată în unt fierbinte.

Orice pasăre care se frige nu se taie în bucăţi deoarece se usucă şi îşi pierde gustul.

Carnea pentru prepararea fripturii la grătar nu se sărează şi nu se piperează decît în momentul cînd este gata friptă. Sarea umezeşte şi întăreşte carnea, iar piperul arde şi dă gust amar fripturii. Ea nu se întoarce niciodată de mai multe ori pe o parte sau pe alta, ci numai o singură dată.

# Fripturi de vacă

## 397 Friptură înăbuşită I

**1,5 kg carne (pulpă), 150 g slănină, 1 căpăţînă usturoi, 2 linguri untură, sare, piper.**

Bucata întreagă de carne se freacă cu puţină sare şi se împănează cu bucăţi de slănină şi usturoi. Se prăjeşte pe toate părţile în untură încinsă, se adaugă zeama de carne sau apă, piper, se acoperă şi se lasă să fiarbă înăbuşit, la foc mic, pînă scade zeama şi carnea este fragedă. Dacă este nevoie, se mai adaugă în timpul fierberii cîte puţină apă caldă. Se taie felii de grosimea unui deget, se aşază pe farfuria de servit şi se serveşte cu pire de cartofi, cu sote de legume, cu salată sau murături.

## 398 Friptură înăbuşită II

**1,5 kg carne macră (sau rasol alb), 1 ceapă, 2-3 căţei de usturoi, 1 morcov potrivit de mare, 1 păhărel vin, 2 linguri untură, sare, piper, 1 linguriţă bulion.**

Se rumeneşte puţin carnea în untură, întorcînd-o pe toate părţile. Se adaugă un morcov curăţat şi tăiat în jumătate, o ceapă, sarea, usturoiul, piperul, un păhărel de vin şi apă caldă cît să acopere friptura. Se pune capacul şi se lasă să fiarbă pînă cînd carnea este fragedă ş rămîn numai 2-3 linguri de zeamă.

Se scot morcovul, ceapa şi usturoiul, se dau prin sită, se pun din nou în cratiţă cu friptura, se adaugă o lingură de bulion, 2-3 linguri de apă şi se lasă să mai dea un clocot, întorcînd carnea pe toate părţile. Se taie friptura felii, se toarnă sosul deasupra şi se serveşte cu garnitură de cartofi, orez fiert sau legume fierte şi opărite cu unt.

## 399 Biftec rusesc

**600 g muşchi, 3 cepe mari, sare, piper, 2 linguri untură.**

Se taie muşchiul felii groase de un deget. Se bat uşor cu ciocanul de lemn, se sărează, se piperează şi se prăjesc în untură încinsă, pe o parte şi pe alta, la foc iute. Se pun bucăţile de muşchi într-o cratiţă încălzită şi se păstrează pe marginea maşinii pînă cînd se prăjeşte ceapa tăiată peştişori, în untura rămasă de la prăjitul cărnii. Ceapa trebuie să fie rumenită.

Se aşază carnea pe farfuria de servit încălzită bine, se aranjează ceapa prăjită peste fiecare bucată de muşchi şi se stropeşte cu untura rămasă în tigaie. Se serveşte imediat cu cartofi prăjiţii şi o salată oarecare (verde sau de castraveţi).

# Fripturi de viţel

## 400 Şniţel de viţel

**750 g carne macră (de la pulpă), 1 linguriţă ulei, 2 ouă, 2-3 linguri untură, făină, pesmet, piper, sare.**

Se taie carnea în bucăţi potrivit de mari, de grosimea unui deget. Se bat uşor cu ciocanul de lemn, se presară cu sare şi piper.

Fiecare felie de carne se moaie în ouăle bătute cu o linguriţă de ulei, se dă prin făină, din nou prin ou şi apoi prin pesmet. Se prăjesc pe o parte şi pe alta în tigaie, în untură încinsă, la foc potrivit.

Se servesc cu cartofi prăjiţi, pire de cartofi, legume opărite cu unt sau o salată oarecare.

## 401 Friptură de viţel la tavă

Se prepară ca şi pulpa de porc la tavă (v. 405).

# Fripturi de porc

## 402 Şniţel din carne de porc

Se prepară la fel ca şniţelul din carne de viţel (v. 400).

## 403 Cotlete de porc pane

**6 cotlete de porc, 2 ouă, 2 linguri untură, 2 linguri făină, piper, sare, pesmet.**

Se bat cotletele uşor cu ciocanul de lemn, se sărează, se piperează, se dau prin oul puţin bătut, apoi prin făină, din nou prin ou, iar la urmă prin pesmet. Se prăjesc în untură încinsă la foc mic. Se servesc cu cartofi prăjiţi, cu o salată oarecare sau cu murături.

## 404 Friptură de viţel la tavă

**Cotlete de porc (bucată întreagă), sare, puţină untură.**

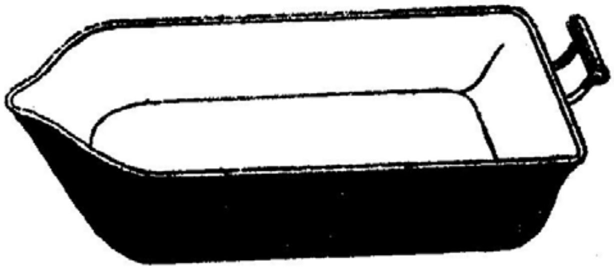
Se taie cu satîrul oasele şirei spinării, se sărează şi se pune bucata întreagă pe tava unsă cu puţină untură, cu 2-3 lin-

guri de apă. Se lasă la cuptor cam 1½-2 ore, stropind mereu cu zeama din tavă. Se taie felii şi se serveşte cu garnitură de cartofi (pire sau prăjiţi) sau varză călită. Se poate servi şi rece, tăiată felii subţiri.

## 405 Pulpă de porc la tavă

**O bucată de pulpă de 1-2 kg, sare, puţină untură.**

Se sărează carnea şi se lasă să stea 30 min cu sare. Se aşază în tava unsă cu untură, se adaugă 3-4 linguri de apă şi se dă la cuptor, mai întîi la foc mare, apoi pe măsură ce se rumeneşte carnea, focul se face mai slab. În tot timpul frigerii se stropeşte carnea cu zeama din tavă. Se ţine la cuptor cam 1–1½ oră. Dacă se pregăteşte un but de 3 kg, trebuie ţinut la cuptor 2–2½ ore. Se serveşte tăiată felii, cu garnitură de varză călită. Feliile se stropesc cu sosul din tavă.



## 406 Ceafă de porc (garf) la cuptor

**1 garf (cam 2 kg), 3-4 boabe ienibahar, 1 căţel usturoi, ½ linguriţă boia de ardei, cîteva boabe coriandru, sare, puţină grăsime.**

Carnea (fără să fie spălată) se şterge bine cu un ştergar umed, se sărează, se freacă cu usturoiul pisat şi mirodeniile. Se aşază într-un castron şi se lasă să stea astfel 3-4 ore. Apoi se presară peste carne boiaua de ardei şi se aşază pe o tavă unsă cu grăsime.
Se dă la cuptor la foc iute 30 min, apoi focul se face potrivit. Se ţine la cuptor 1½ oră. În timpul frigerii se stropeşte din cînd în cînd cu zeama din tavă. Se taie felii, se aşază pe farfuria de servit, se stropeşte cu zeama din tavă, strecurată, şi se serveşte cu cartofi prăjiţi, salată sau gogoşari şi castraveciori în oţet.
Se poate servi şi rece, tăiată felii mai subţiri.

## 407 Purcel de lapte la tavă

Curăţatul purcelului. De îndată ce purcelul a fost tăiat, se pune într-un lighean mare sau o covăţică, se presară bine peste tot cu puţin sacîz pisat (răşină albă) şi se toarnă



pe deasupra apă fierbinte. Se întoarce purcelul cînd pe o parte cînd pe alta ca să se moaie bine, apoi se scoate şi se aşază pe o scîndură şi se jumuleşte de păr (operaţia va fi foarte uşoară).
Se şterge cu un şervet curat şi se dă la flacără de spirt, se pîrleşte, apoi se pune într-un vas cu apă călduţă, se spală şi se rade cu cuţitul. Se clăteşte bine cu apă rece apoi se spintecă la pîntece, de la coadă spre punctul unde a fost înjunghiat. Se scot intestinele şi măruntaiele avînd grijă să nu se spargă fierea.
Se spală bine în 2-3 ape reci, se lasă să se scurgă timp de 10 min apoi se aşază pe un fund de lemn cu cele patru picioare îndoite (îngenuncheat). Se lasă la rece pînă a doua zi. Cu un ceas înainte de a fi fript se procedează în felul următor.
Se spală purcelul, se şterge bine cu un şervet uscat, pe dinăuntru şi pe dinafară, se freacă cu o lingură de sare şi se lasă să stea 30 min. Se aşază apoi pe tavă cu picioarele îndoite şi aşezate pe beţişoare, iar urechile înfăşurate în hîrtie albă. Se unge cu untură, se pune în gură un măr roşu, se adaugă 2-3 linguri de apă şi se dă la cuptor la foc mic la început, apoi focul se face din ce în ce mai iute.
În timpul friptului, se unge din cînd în cînd cu o pană muiată într-un păhărel de rom amestecat cu o linguriţă de ulei. Cînd începe să se rumenească, se întăreşte focul, nu se mai unge şi se lasă pînă se rumeneşte frumos. Se serveşte cu cartofi prăjiţi, varză acră călită, mere coapte sau gogoşari în oţet.

## 408 Purcel de lapte umplut cu măruntaie

**1 purcel de lapte, 3 ouă, 2 felii de pîine albă, 2 linguri untură, 1 ceapă, 100 g stafide (după plac), pătrunjel verde, sare, piper.**

Inima, ficatul şi splina purcelului se dau prin maşina de tocat împreună cu o ceapă crudă şi miezul de la două felii de franzelă muiat în lapte. Se bat spumă, într-un castron, trei ouă, se amestecă cu tocătura, adăugînd sare şi piper, pătrunjel verde, tocat, 100 g stafide (după plac) şi o ceapă foarte mărunt tocată şi puţin rumenită în două linguri de untură. Cu această umplutură se umple purcelul, se coase cu aţă şi se dă la cuptor (v. 407).

În loc de stafide, la umplutură se pot adăuga 2-3 linguri de orez fiert în apă rece şi amestecat cu o lingură de unt şi puţin piper.

# Fripturi de miel şi berbec

## 409 Miel pane

**Piept de miel (6 bucăţi), 1 ou, 2 linguri lapte, 1 lingură untură, 1 lingură ulei, 2 linguri făină, pesmet, sare.**

Pieptul (coastele) d miel se taie bucăţi potrivite, se sărează şi se lasă să stea 10-15 min cu sare. În oul bătut şi amestecat cu lapte se moaie pe rînd bucăţile de miel, se dau prin făină, din nou prin oul bătut şi apoi prin pesmet. Se prăjesc în untura amestecată cu ulei la foc mic. Se servesc cu salată verde sau de castraveţi.

## 410 Şniţel de miel

**Pulpă de miel (6 bucăţi), 1 ou, 2 linguri lapte, 1 lingură untură, 1 lingură ulei, 2 linguri făină, pesmet, sare.**

Se prepară la fel ca mielul pane (v. 409). Se foloseşte numai carnea de la pulpe, tăiată felii de grosimea unui deget şi bătute cu ciocanul de lemn. Se serveşte cu cartofi prăjiţi şi salată verde sau de castraveţi.

## 411 Friptură de miel la tavă

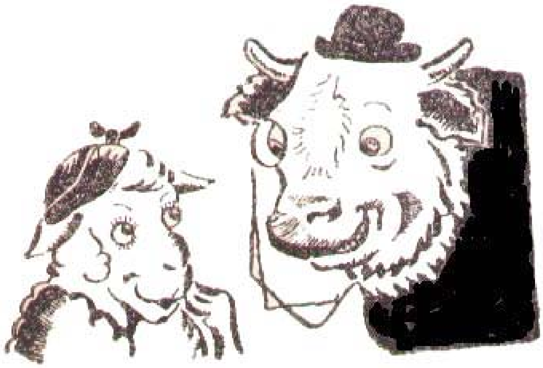
**1,5 kg carne de miel (pulpele), 1-2 linguri untură, sare, cîţiva căţei de usturoi.**

Se spală carnea, se şterge cu un şervet, se sărează şi se lasă să stea jumătate de oră cu sarea. Se unge o tavă cu untură, se aşază pulpele de miel, se toarnă 2-3 linguri apă şi se dă la cuptor la foc mic, apoi mai mare, pentru ca friptura să prindă coajă. Cînd s-a fript, se scoate din tavă şi se aşază pe farfuria de servit. În tavă se toarnă cîteva linguri de apă şi cîţiva căţei de usturoi pisat (după plac). Se pune tava pe maşină la foc, se lasă să dea un clocot, se trece zeama prin sită şi se toarnă peste friptură. Se serveşte cu cartofi prăjiţi şi salată, după gust.

## 412 Pulpă de berbec la tavă

**1 pulpă de berbec, 125 g slănină, 1 căpățînă usturoi, 1 lingură untură, 1 păhărel vin sau oțet, sare.**

Se spală bine pulpa şi se curăță de grăsime. Cu ajutorul unui cuțit se scoate osul. Carnea se freacă cu sare şi se lasă să stea 30 min, apoi se împănează cu bucăți de slănină şi cățel de usturoi. Se rulează carnea strîngînd bine capetele şi se leagă cu o sforicică, astfel încît să aibă formă lunguiață. Se aşază în tava unsă cu untură, se adaugă 2-3 linguri apă, o lingură untură, vinul sau oțetul şi se dă la cuptor la foc mare pînă începe să se rumenească, apoi la foc potrivit. În tot timpul frigerii se unge din cînd în cînd cu sosul din tavă, Cînd este gata, se ia din tavă, se scoate sfoara şi se taie friptura felii nu prea groase. În sosul din tavă se pun 2-3 linguri de apă, se lasă să dea un clocot şi se toarnă peste feliile de pulpă. Se serveşte cu pire de cartofi şi morcovi sote. Această friptură este foarte gustoasă şi rece.



# Fripturi de pasăre

## 413 Pui pane

**1 pui mijlociu, 1 ou, 2 linguri făină, 1 lingură untură, sare, pesmet.**

Se taie puiul bucăți, se sărează şi se prepară ca şnițelul (v. 400). Se serveşte cu cartofi prăjiți şi legume opărite cu unt.

## 414 Pui înăbuşit

**1 pui mare, 1 lingură untură, sare, puțin usturoi.**

Se pune puiul sărat într-o cratiță mai mare cu untură înfierbîntată, se prăjeşte pe toate părțile, se adaugă 4-5 linguri de apă sau zeamă de carne, se acoperă cratița cu capacul şi se lasă la foc mic. Din cînd în cînd se întoarce puiul şi dacă scade zeama, se mai adaugă cîte o lingură, două de apă. La sfîrşit se poate pune puțin usturoi zdrobit. Se serveşte cu cartofi prăjiți şi salată verde sau de castraveți.

## 415 Pui la tavă

**1 pui mare, ½ lingură untură, sare.**

Se sărează puiul, se lasă să stea cu sare 15-20 min, apoi se aşază în tavă, se pun untura şi 2-3 linguri de apă şi se dă la cuptor. În tot timpul frigerii se stropeşte cu zeama din tavă. Se serveşte cu cartofi prăjiţi şi salată verde sau de castraveţi.

## 416 Găină înăbuşită

Se prepară la fel ca puiul înăbuşit (v. 414).

## 417 Friptură de găină la tavă

Se prepară la fel ca puiul la tavă (v. 415).

## 418 Friptură de gîscă la tavă

**1 gîscă, 1 lingură untură, sare.**

Se prepară la fel ca friptura de raţă cu mere coapte (v. 419). La început focul trebuie să fie mai mic, apoi se întăreşte. Friptura se ţine la cuptor 1½ oră. Se serveşte fie cu mere coapte, ca şi raţa, fie cu cartofi prăjiţi şi o salată, cu murături sau varză călită.

## 419 Friptură de raţă cu mere coapte

**1 raţă, 12 mere mari, 1 lingură untură, sare.**

În raţa curăţată, spălată şi sărată dinainte, se introduc două mere mai mici. Se aşază în tava de friptură, cu o lingură de untură şi cîteva linguri de apă. Se dă la cuptor la foc mai iute şi se stropeşte mereu cu zeama din tavă.

Cînd raţa începe să se rumenească, se pun în jurul ei merele spălate şi bine şterse, iar focul se face mai slab. Pe măsură ce se coc, se scot merele din tavă, lăsînd să se termine raţa de fript.

Cînd este gata, se scoate din tavă, se taie, se aşază pe o farfurie de servit, aranjînd merele coapte în jurul bucăţilor de friptură. În tavă se pun două linguri de apă, se lasă să fiarbă şi se amestecă cu lingura. Acest sos se strecoară şi se toarnă peste bucăţile de friptură.

## 420 Friptură de curcan la tavă

**1 curcan, 2 linguri untură, sare.**

Se prepară ca şi friptura de rață cu mere coapte (v. 419), cu deosebirea că se frige de la început la foc mic, apoi focul se măreşte treptat. Se ține la cuptor cam două ore.
Se serveşte cu cartofi prăjiți, gogoşari şi castraveciori în oțet sau varză călită.






Vînatul cu pene (păsări) nu se opăreşte. Penele se smulg, apoi pasărea se pîrleşte la flacără de spirt, se spală bine în cîteva ape şi se lasă să stea o oră în apă rece. Potîrnichile, rațele şi gîştele sălbatice, după ce li s-au scos intestinele, se şterg pe dinăuntru cu o cîrpă curată ca să nu rămînă sînge deloc, se pun în golul corpului o foaie de dafin, 2-3 boabe de ienibahar, o crenguță de cimbru, se învelesc cu un tifon sau cu o pînză subțire şi se țin la loc rece două zile. După aceea păsările pot fi preparate.

Fazanul devine deosebit de gustos dacă, după ce i s-au scos intestinele şi măruntaiele, este îngropat în pămînt şi ținut 2-3 zile. După aceasta se smulg penele, se pîrleşte bine, se spală şi se lasă în apă rece cu puțin oțet timp de o oră.

## 421 Marinată pentru vînat

**1,5 kg apă, 1 kg oțet de vin, ½ linguriță ienibahar, ½ linguriță piper, 5-6 foi de dafin, coaja de la ½ lămîie, 1 lingură sare, 5-6 cuişoare, 2-3 căței usturoi.**

Se fierbe într-o oală smălțuită apa cu oțetul de vin, ienibaharul, piperul, foile de dafin, cuişoarele, usturoiul, coaja tăiată de la o jumătate de lămîie şi o lingură de sare. Se fierbe totul 5 min. Se lasă să se răcească şi se toarnă peste vînatul aşezat într-un castron. Se ține astfel 24 de ore.

Lichidul trebuie să acopere vînatul, în caz contrar, vînatul trebuie întors la 5-6 ore.

## 422 Iepure cu smîntînă

**6 bucăți (porții) de carne de iepure, 1 lingură untură, 1 linguriță făină, 1 lingură unt proaspăt, 1 pahar smîntînă, 2-3 boabe ienibahar, ½ ceapă tocată, sare.**

Într-o cratiță cu o lingură de untură se prăjesc ușor bucățile de iepure, se adaugă ½ pahar de apă, ceapa tocată, ienibaharul, se acoperă și se lasă să fiarbă la foc mic timp de jumătate de oră. Dacă scade prea mult, se mai adaugă o lingură, două de apă.

Făina bine amestecată cu smîntîna se toarnă peste carne, se adaugă două linguri de apă, untul, sarea, se acoperă și se lasă să mai fiarbă foarte încet 15-20 min. Se servește cu mămăliguță caldă.

## 423 Papricaș de iepure

**Picioarele dinainte, coastele, grumajii și măruntaiele iepurelui, 2 linguri untură, 2-3 cepe, 1 linguriță boia, 2-3 linguri smîntînă, zeama de la o jumătate de lămîie, sare.**

Carnea de iepure tăiată bucăți mici se prăjește într-o cratiță cu untura și ceapa tocată peștișori. Cînd bucățelele sînt rumenite, se adaugă boiaua, sare, zeama de lămîie și apă ca să acopere carnea. Se lasă să fiarbă încet pînă cînd apa scade la jumătate, apoi se pune cratița descoperită în cuptor pînă cînd lichidul rămas scade la jumătate. Înainte de a servi, se adaugă 2-3 linguri de smîntînă. Se servește cu găluște de griș, macaroane fierte sau pire de cartofi.

## 424 Iepure cu măsline

**Pulpele din față și din spate și gîtul, ½ pahar ulei, 5-6 cepe mari, 2 linguri bulion, 5-6 boabe ienibahar, 1 foaie de dafin, 200 g măsline, ½ linguriță zahăr, 1 ceașcă de vin (în lipsă, o ceașcă de apă cu o lingură oțet de bună calitate), sare.**

În cratița cu uleiul fierbinte se prăjesc bucățile de iepure, se adaugă ceapa tăiată peștișori, vinul, 2-3 linguri de apă, bulionul, sarea, zahărul, ienibaharul, foaia de dafin, măslinele spălate și înțepate cu acul. Se amestecă totul ușor cu lingura, se acoperă și se lasă să fiarbă foarte încet pînă este gata (sosul bine scăzut).

Se amestecă din cînd în cînd mîncarea pentru ca să nu se prindă de fundul cratiței.

## 425 Pîrjoale de iepure

Se prepară ca și cele din carne de vacă (v. 375), adăugînd usturoi și untură în cantitate mai mare.

## 426 Cîrnați din carne de iepure

Se prepară la fel ca şi cîrnații din carne de porc (v. 760), cu deosebirea că la fiecare kilogram de carne de iepure se adaugă 250 g slănină de porc.

## 427 Pastă din carne de iepure

**1 kg carne macră de iepure, 250 g unt proaspăt, 2 cepe, 1 lingură untură, 1 pahar lapte, 2-3 boabe de ienibahar, 20 boabe de piper pisat cu 1 cuişoară şi un vîrf de cuțit de nucşoară rasă, sare, piper, castraveciori acri, sfeclă roşie.**

Bucățile de carne macră se prăjesc uşor cu o linguriță de untură, se adaugă 2-3 linguri de apă, sare, un pahar de lapte şi ceapa tăiată în sferturi. Se lasă să fiarbă acoperit, la foc foarte mic, pînă scade lichidul şi bucățile se rumenesc puțin. Se dă la o parte şi după ce se răceşte, se dă de trei ori prin maşina de tocat.

Se pune într-un castron untul şi se freacă pînă se face spumă, adăugînd nucşoara rasă, ienibaharul, piperul, cuişoara foarte fin pisată, apoi carnea tocată. Se amestecă pînă se obține o pastă omogenă, spumoasă.

Se aşază pe un platou şi se garniseşte cu felii de ou răscopt, castraveciori în oțet şi sfeclă în oțet.

## 428 Friptură de iepure

**Spinarea şi pulpele din spate ale unui iepure, sare, slănină, usturoi , untură, 1 lingură oțet.**

După ce se scoate carnea de la marinat (v. 421), se spală cu puțină apă rece, se freacă cu sare şi se lasă să stea cam o oră. Se şterge apoi cu un şervet curat şi se împănează cu bucăți de slănină şi căței de usturoi. Se aşază în tava pentru friptură, unsă cu untură, se toarnă jumătate pahar de apă, se adaugă puțină sare şi o lingură de oțet, sau, mai bine, jumătate pahar de vin. Se pune peste carne io lingură de untură şi se lasă să se frigă la foc potrivit, avînd grijă ca la fiecare 10-15 min să se stropească carnea cu sosul din tavă.

Cînd este gata, se taie felii, se aşază pe farfuria de servit şi se stropeşte cu sosul rămas în tavă (în caz că este prea puțin, se pun în tavă, după ce s-a scos carnea, două linguri de apă şi se lasă să dea 2-3 clocote).

Sosul se poate servi separat în sosieră. Friptura se serveşte cu salată de sfeclă.

## 429 Friptură de rață sălbatică

**1 rață sălbatică, 2-3 linguri untură, 150 g slănină pentru împănat, 4-5 linguri vin, sare.**

Rața sălbatică se ține cel puțin 12 ore la marinat (v. 421), apoi se spală, se şterge, se sărează puțin, se împănează cu bucăți de slănină proaspătă, se pune într-o cratiță cu untură, se prăjeşte puțin pe toate părțile, se adaugă 2-3 linguri de vin şi se lasă să se prăjească acoperit timp de ¾ oră. Din cînd în cînd se mai adaugă cîte o lingură de vin şi se întoarce friptura cînd pe o parte cînd pe alta.

Apoi se dă la cuptor, neacoperită, să se rumenească. Se serveşte cu salată de sfeclă sau de varză roşie.

## 430 Gîscă sălbatică cu măsline

Se prepară ca găina cu măsline (v. 357).

## 431 Friptură de gîscă sălbatică

Se prepară ca friptura de rață sălbatică (v. 429).

## 432 Potîrnichi cu smîntînă

Se prepară ca puiul cu smîntînă (v. 338).

## 433 Pilaf de potîrnichi

Se prepară ca pilaful de pui (v. 333).

## 434 Potîrnichi umplute

**6 potîrnichi, 1 ceapă 100 g slănină proaspătă, miezul de la 2 felii de franzelă muiat în lapte, 1 ou, măruntaiele de la 4 potîrnichi, 1 lingură unt, 1 lingură untură, piper şi ienibahar pisat, sare, pătrunjel tocat.**

Potîrnichile, bine spălate, se sărează şi se lasă să stea cu sarea pînă cînd se pregăteşte următoarea umplutură. Se toacă bine măruntaiele şi se prăjesc înăbuşit într-o lingură de untură împreună cu ceapa foarte mărunt tăiată. Se iau de la foc, se adaugă slănina tăiată bucățele foarte mici, miezul de pîine, sarea, piperul, verdeața şi se amestecă totul bine cu un ou. Cu această compoziție se umplu potîrnichile şi se prăjesc într-o cratiță cu o lingură de unt, astfel ca fiecare să fie puțin rumenită. Se adaugă 2-3 linguri de apă, se acoperă şi se lasă să se prăjească înăbuşit, la foc mic, pînă sînt gata. În timpul frigerii se întorc mereu, adăugînd şi cîte puțină apă.

## 435 Friptură de potîrnichi

**6 potîrnichi, 3 linguri unt sau untură, 3-4 linguri vin, sare.**

Potîrnichile, bine spălate, se sărează şi se lasă să stea acoperite, într-un vas, 15-20 min. Apoi se rumenesc într-o cratiță cu untul sau untura, se adaugă vinul, se acoperă şi se lasă să se frigă înăbuşit pînă sînt gata. În timpul frigerii se întorc din cînd în cînd, adăugînd cîte o lingură de vin.

## 436 Prepelițe cu smîntînă

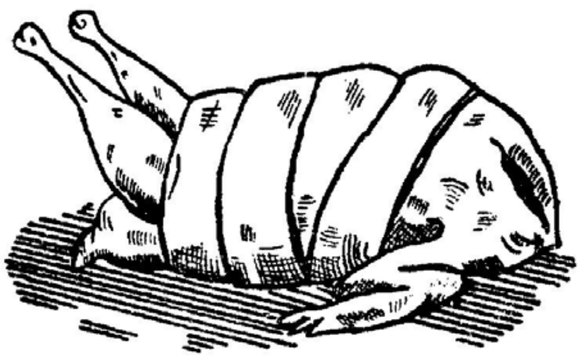
**6 prepelițe, 1 lingură unt, 1 ceaşcă smîntînă, 1 linguriță făină, sare.**

Prepelițele, spălate, se taie pe jumătate în lungul trupului şi se prăjesc puțin într-o cratiță cu unt fierbinte. Se toarnă apoi smîntîna bine amestecată cu făina, se adaugă o lingură, două de apă, sarea, se acoperă şi se lasă să fiarbă foarte încet, înăbuşit, 15-20 min. Se servesc cu mămăliguță caldă.

## 437 Prepelițe fripte

**6 prepelițe, 6 felii de slănină proaspătă, 1 linguriță untură, sare, 3-4 linguri vin.**

Se spală prepelițele bine, se sărează puțin şi se înfăşoară în felii subțiri de slănină proaspătă. Se aşază într-o tavă, se pune o linguriță de untură şi vinul şi se lasă să se frigă la cuptor, la foc potrivit, întorcîndu-le mereu şi stropindu-le cu sosul din tavă.



## 438 Prepelițe fripte vînătoreşte

**6 prepelițe, 3 linguri unt sau untură, sare.**

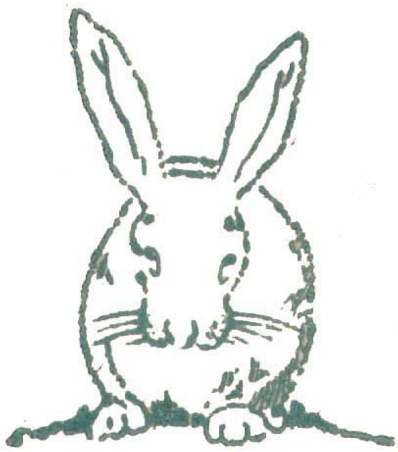
Se pune într-un ceaun de tuci o lingură de untură şi se lasă să se înfierbînte bine apoi se aşază prepelițele frecate cu puțină sare şi se acoperă ceaunul. La fiecare 2-3 min se întorc prepelițele. După ce s-au rumenit frumos, se adaugă 2 linguri de apă şi se lasă să fiarbă înăbuşit la foc foarte mic, 10-15 min. Cînd sînt gata, se stropesc cu puțin unt topit sau untură. Se servesc fierbinți.

## 439 Friptură de fazan

**1 fazan, 150 g slănină pentru împănat, 2 linguri unt, sare.**

Se curăță fazanul de pene, se pîrleşte, se spală în mai multe ape şi se lasă ½ oră în apă rece. Apoi se scoate, se şterge bine

cu un şervet, se freacă cu puţină sare, pieptul şi picioarele se împănează cu bucăţi de slănină proaspătă şi se lasă să stea 20-30 min.
Se pune la fript într-o tavă cu două linguri de unt şi 2-3 linguri de apă. În timpul frigerii se întoarce de mai multe ori, stropindu-l cu sosul din tavă. Se serveşte cu garnitură de cartofi mici, prăjiţi întregi, cu conopidă opărită cu unt, sau cu mere mici coapte.






# Torturi

## 440 Tort fraged I

**600 g făină, 400 g unt proaspăt, 2 gălbenuşuri, 1 ou întreg, 3 linguri smîntînă, vanilie, fructe din dulceață.**

Se freacă untul cu două gălbenuşuri, se adaugă un ou întreg, smîntînă, vanilie şi făină. Se frămîntă bine şi se împarte aluatul obținut în trei părți egale. Se întind trei blaturi şi se coc. După ce se răcesc se umplu cu fructe din dulceață tăiate foarte mărunt.

## 441 Tort fraged II

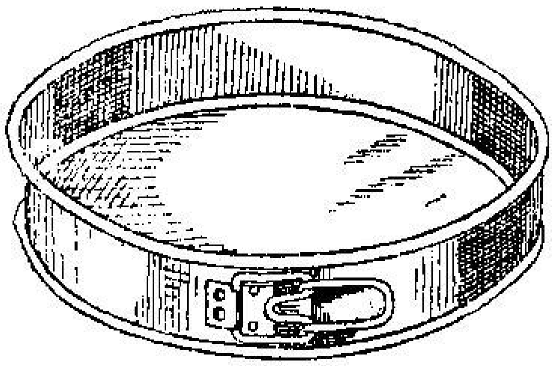
**300 g unt, 300 g zahăr pudră, 300 g făină, 8 ouă, 1 păhărel rom, zeama de la o lămîie, cremă pentru tort.**

Se topeşte untul şi se freacă cu zahărul, adăugînd cele 8 gălbenuşuri, unul cîte unul, pînă ce compoziția se face ca o spumă. Se adaugă făina, zeama de lămîie şi romul; se amestecă bine, apoi se adaugă albuşurile bătute spumă, amestecînd uşor.
Compoziția se pune în forma de tort unsă cu unt şi se coace la foc potrivit.
Se umple cu cremă după gust (v. p. 171 ş. u.).

## 442 Tort fraged cu marmeladă

**7 gălbenuşuri, ¾ pahar zahăr pudră, 20 g sare de amoniac bine pisat, ½ pahar unt topit, vanilie, făină cît cuprinde, marmeladă după gust, cîteva nuci sau migdale tăiate, 1 ou întreg.**

Se freacă zahărul şi untul pînă se fac spumă. Se adaugă gălbenuşurile, unul cîte unul, amoniacul, vanilia, şi la sfîrşit făina.



Se frămîntă un aluat moale şi se lasă să se odihnească 20 min. Se împarte aluatul în 3-4 părți şi se întind foi groase de 1 cm.
Se aşază în forma de tort o foaie, se unge cu un strat de marmeladă, se pune pe deasupra a doua foaie şi se unge din nou cu marmeladă. Se procedează astfel pînă se aşază şi ultima foaie. Aceasta se unge cu un ou bătut şi se presară cu nuci sau cu migdale tăiate. Se pune la cuptor şi se lasă să se coacă la foc potrivit timp de 30 min.

## 443 Tort brun

**200 g migdale pisate, 130 g zahăr pudră, 200 g ciocolată casă, 5 linguri rase făină fină, 12 ouă, unt, cremă de unt, frişcă.**

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul pînă ce se fac ca o spumă, se adaugă ciocolata, migdalele şi făina, se amestecă bine, iar la sfîrşit cele 12 albuşuri bătute spumă, amestecînd uşor.
Compoziția se toarnă în forma de tort unsă cu unt şi se coace la foc potrivit.
Se umple cu cremă de unt (v. 481) şi se glasează cu frişcă.

## 444 Tort simplu

**6 ouă, 1 pahar zahăr pudră, 1 pahar făină, coaja rasă de la o lămîie, marmeladă.**

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul într-un castron de piatră. Se aşază castronul într-un vas cu apă fierbinte, ținînd vasul pe foc şi se freacă cu crema pînă ce se înfierbîntă. Se scoate apoi castronul din apă şi se freacă iar, de data aceasta pînă se răceşte.
Cînd crema este complet rece, se adaugă albuşurile bătute spumă, amestecîndu-se uşor, apoi făina şi coaja de lămîie. Se împarte compoziția în trei sau patru părți egale (depiunde de mărimea formei de tort).
Se coc pe rînd trei foi care, de îndată ce se scot din cuptor, se înfăşoară într-un şervet şi se țin astfel timp de o oră, două. Fiecare foaie se unge cu marmeladă şi se aşază una peste alta. Se pot umple cu orice altă cremă, după gust (v. p. 171) şi se glasează (v. p. 173).

## 445 Tort bezea

**7 albuşuri, 7 linguri zahăr, vanilie, ulei.**

**Crema: 1 pahar zahăr tos, 200 g nuci, 250 g unt, 3 linguri zahăr pudră, 1 praf vanilie sau 1 păhărel rom.**

Într-un castron sau lighenaş se pun albuşurile, zahărul şi vanilia. Se pune castronul într-un vas cu apă clocotită şi se bat albuşurile cu telul pînă se obţine o pastă groasă. Din această pastă se coc trei foi procedînd în felul următor. Se taie din hîrtie albă trei rotogoale egale de mărimea obişnuită a unui tort. Fiecare se unge cu ulei, se aşază pe dosul unei tăvi de copt şi se acoperă cu a treia parte din compoziţia de albuşuri. Se coace la foc mai mic.

Cînd sînt coapte se aşază uşor, cu faţa în jos, pe planşeta de aluat, se umezeşte hîrtia cu puţină apă şi se trage. Aceste bla-turi se umplu cu cremă.

Pentru cremă se arde într-o cratiţă un pahar de tos; cînd începe să se îngălbenească, se adaugă nucile uscate la gura cuptorului şi se lasă să se ardă puţin cu zahărul, amestecînd cu lingura. După ce capătă culoare aurie mai pronunţată, se iau de pe foc şi se întind pe o faianţă sau pe o farfurie unsă cu ulei, lăsîndu-le să se răcească.

În acest timp se freacă untul cu trei linguri de zahăr pudră şi cu praful de vanilie sau cu romul, adăugînd nucile pisate foarte fin în piuliţă (o lingură de nuci pisate se păstrează pentru garnisit).

Cu această cremă se ung foile, se aşază una peste alta şi se îmbracă cu aceeaşi cremă.

Se presară cu o lingură de nuci pisate.

## 446 Tort caramel

**1 pahar smîntînă, 125 g unt, vanilie, făină cît cuprinde.**

**Crema: 150 g zahăr ars, 1 pahar lapte, 150 g zahăr pudră, vanilie sau 1 păhărel de rom, 150 g unt.**

Se face o cocă din smîntînă, unt, vanilie, şi făină. Se frămîntă un aluat potrivit de moale.

Se lasă să se odihnească o jumătate de oră, apoi se împarte în nouă bucăţi egale. Fiecare bucată se întinde cu vergeaua astfel încît să se obţină foi rotunde de mărimea formei de tort de 12 persoane. Se aşază rînd pe rînd foile în tavă, se înţeapă cu furculiţa şi se coc una cîte una.

În acest timp se ard într-o cratiţă mică 150 g zahăr.

Se pun pe foc într-o cratiță laptele, 150 g zahăr, vanilia (romul) şi untul, se adaugă zahărul ars, se amestecă şi se lasă să dea un clocot.
Cu această compoziție se ung opt foi. A noua foaie, neunsă, se sfărîmă mărunt şi se presară peste ultima foaie unsă.
Acest tort se serveşte a doua zi după ce a fost preparat.

## 447 Tort poveste

**I. 30 nuci pisate, 5 ouă, 5 linguri zahăr pudră, 1 lingură cacao, 1 praf vanilie, ulei, făină, fructe din dulceață.**

**II. 3 albuşuri, 3 linguri zahăr pudră, 2 linguri cacao, 250 g unt, 150 g frişcă.**

Se bat spumă 5 albuşuri, cu 5 linguri de zahăr şi vanilie. Se adaugă gălbenuşurile puțin frecate, se amestecă, se adaugă o lingură de cacao şi nucile pisate. Această compoziție se toarnă în forma de tort foarte puțin unsă cu ulei şi presărată cu făină şi se coace la foc potrivit.
În acest timp se bat trei albuşuri cu trei linguri de zahăr şi vanilie.
Cînd blatul pus la cuptor este gata copt, se trage la gura cuptorului, se aştern peste el albuşurile bătute, în strat uniform, şi se dă din nou la cuptor ca să se coacă şi stratul de albuşuri.
Se scoate din formă, se aşază pe o farfurie şi se lasă să se răcească.
Pentru cremă se freacă untul cu trei linguri de zahăr pudră şi cacao. Se adaugă gălbenuşurile pe rînd, unul cîte unul, frecînd bine pînă cînd crema se ține bine de lingură. Cu această cremă se îmbracă tortul, aşezînd un strat mai gros pe deasupra. Se garniseşte cu 150 g frişcă şi fructe de diferite culori, din dulceață.

## 448 Tort Richard

**250 g migdale sau nuci pisate, 250 g zahăr pudră, 10 albuşuri, unt, cremă de ciocolată, glazură de ciocolată.**

Se bat albuşurile spumă, se amestecă cu zahărul şi migdalele (nucile).
Pasta obținută se împarte în 3-4 părți egale şi se coc 3-4 blaturi în forma de tort capitonată cu hîrtie unsă cu unt. Cînd

blaturile sînt coapte şi răcite se unge fiecare cu cremă de ciocolată (v. 478). Se aşază una peste alta şi se glasează cu glazură de ciocolată (v. 485).

## 449 Tort Lica

**4 foi Lica, 400 g zahăr, ¾ pahar apă, 400 g miere de albine, 9 albuşuri spumă, 400 g nuci tăiate mărunt, 5 linguri fructe zaharate sau stafide, 5 smochine tăiate, glazură.**

Se pun pe foc într-o cratiță zahărul şi apa. Cînd zahărul este topit şi siropul începe să fiarbă, se spumează şi se adaugă mierea de albine, amestecînd pînă cînd începe să fiarbă şi se toarnă albuşurile bătute spumă, amestecînd pînă se îngroaşă compoziția şi începe să se lipească de lingură. Se pun nucile şi fructele tăiate mărunt, se amestecă bine şi se ia de pe foc. Se lasă să se răcească puțin.

Cu această pastă, caldă încă, se ung foile şi se aşază una peste alta.

Se glasează cu o glazură oarecare (v. p. 173).

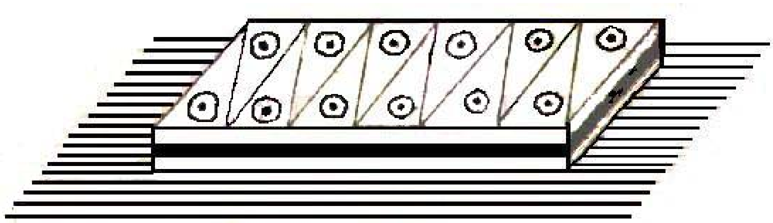
## 450 Tort Alcazar

**6 albuşuri, 6 linguri zahăr, 250 g nuci date prin maşină, vanilie, ulei.**

**Crema: 6 gălbenuşuri, 6 linguri zahăr, 250 g unt, ½ pahar lapte, 1 păhărel cafea (cicoare), 1 lingură cacao, 1 păhărel rom.**

Se bat albuşurile spumă cu zahărul şi vanilia, se adaugă nucile şi se amestecă uşor.

Se pune compoziția într-o tavă dreptunghiulară, capitonată cu hîrtie albă, unsă uşor cu ulei, întinzîndu-se cu lingura, ca stratul să fie de grosime uniformă. Se coace la foc potrivit, iar cînd este gata, se răstoarnă pe un fund de lemn, se umezeşte hîrtia cu apă şi se trage uşor de pe tort.



Se taie în două sau trei foi egale pe lung şi se unge fiecare cu următoarea cremă.

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul, se adaugă laptele, cafeaua, se pune pe foc şi se amestecă mereu pînă ce compoziția începe să se îngroaşe, fără însă să fiarbă. Se ia de pe foc, se amestecă cu cacao şi se lasă să se răcească.

Se freacă untul spumă, se adaugă romul şi se amestecă cu compoziția fiartă; se freacă bine şi se ung foile de tort. Tortul se îmbracă cu aceeaşi cremă şi se garniseşte cu nuci pisate.

Se serveşte tăiat în bucăți triunghiulare.

## 451 Tort Othello

**9 ouă, 9 linguri zahăr, 2 linguri esență de cafea, 55 g cacao, 55 g făină, 55 g nuci, alune sau migdale, pisate în piuliță, ulei, făină pentru formă, fructe din dulceață.**

**Crema: 5 linguri apă, 75 g cacao, 225 g zahăr, 225 g unt, ½ păhărel rom.**

Se bat albuşurile spumă, adăugînd pe rînd 9 linguri de zahăr. În spuma de albuşuri şi zahăr se pun cele 9 gălbenuşuri pe rînd unul cîte unul bătînd într-una cu lingura. Se adaugă cacaua, făina, nucile pisate, esența de cafea (strecurată şi răcită) şi se amestecă.

Se pune în formă drepunghiulară unsă cu ulei şi presărată cu făină şi se coace la foc potrivit.

Cînd este gata, se răstoarnă pe un fund de lemn.

După ce este complet rece, se taie în lungime în trei foi egale.

Fiecare foaie se unge cu următoarea cremă.

Se amestecă zahărul cu cacao, se adaugă apa şi se pune la fiert ca să se îngroaşe ca o smîntînă. Se lasă să se răcească, apoi se amestecă cu untul frecat spumă şi cu romul şi se continuă frecatul.

Crema obținută se împarte în două părți egale.

Cu o jumătate se unt foile tăiate, aşezîndu-le una peste alta. Cu a doua jumătate din cremă se îmbracă tortul. Se garniseşte cu fructe din dulceață şi se serveşte a doua zi după preparare, tăiat dreptunghiuri.

## 452 Tort Napoleon

**100 g unt, 100 g smîntînă, ¼ linguriță bicarbonat, făină cît cuprinde, zahăr pudră vanilat.**

**Crema: 5 gălbenuşuri, ½ pahar zahăr, 2 linguri făină, 1¼ pahar lapte, vanilie (baton).**

Untul încălzit se amestecă cu smîntîna, se pune bicarbonatul şi se amestecă bine. Se adaugă făina şi se frămîntă pînă cînd se obține o cocă nici prea tare, nici prea moale.

Se împarte coca în trei părți egale şi se întind cu făcălețul foi rotunde groase de 1 cm; se înțeapă cu furculița şi se coc la foc potrivit.

Cînd sînt reci se ung cu următoarea cremă.

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul, pînă ce se face spumă. Se adaugă făina şi se amestecă. Peste această pastă se toarnă laptele fiert cu vanilie (laptele trebuie să fie fierbinte), amestecînd repede.

Se pune vasul în care pregătim crema pe maşină şi se amestecă mereu pînă cînd crema începe să se îngroaşe.
Se lasă să se răcească bine, apoi se ung blaturile.
Ultimul blat se presară cu zahăr pudră vanilat.

## 453 Tort Micado

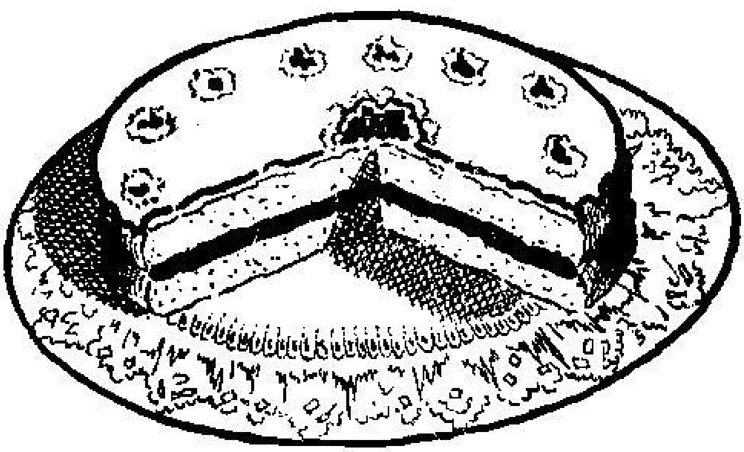
**400 g unt, 400 g smîntînă, ¼ linguriță bicarbonat, făină cît cuprinde, fructe zaharate (dulceață).**

**Crema: 1 pahar lapte, 1½ pahar zahăr, 1 vîrf cuțit bicarbonat, 1 linguriță unt.**

Se freacă bine untul, se adaugă smîntîna şi bicarbonatul, se pune făina şi se frămîntă un aluat potrivit de moale, care apoi se împarte în patru părți egale, din care se întind patru blaturi rotunde de grosimea unui deget. Se coc pe rînd, iar cînd sînt reci se ung cu următoarea cremă.
Se arde ½ pahar zahăr, se stinge cu laptele, se mai adaugă încă un pahar de zahăr, bicarbonatul şi untul.
Se fierbe totul pînă se obține un sirop gros ca pentru şerbet (v. p. 247). Se ia de pe foc şi se freacă (întocmai ca la pregătirea şerbetului). Cînd este aproape rece, se întinde cu un cuțit pe blaturi. Operația trebuie făcută foarte repede. Se aşază blaturile unul peste altul şi se glasează cu aceeaşi compoziție. Se garniseşte cu fructe zaharate sau cu dulceață.

## 454 Tort de migdale

**8 ouă, 400 g zahăr pudră, 200 g migdale curățate şi pisate nu prea mărunt, 2 linguri făină de cartofi, unt, cremă şi glazură pentru tort.**



Se freacă zahărul cu gălbenuşurile pînă se fac ca o spumă, se pun migdalele şi făina de cartofi şi se amestecă bine. Se adaugă albuşurile bătute spumă, se amestecă uşor şi se toarnă compoziția în forma de tort capitonată cu hîrtie unsă cu unt. Se coace la foc potrivit. Cînd s-a răcit complet se taie în două cu un cuțit subțire, lung şi foarte bine ascuțit, se umple cu cremă, după gust (v. p. 171) şi se glasează (v. p. 173).

## 455 Tort de migdale foarte fin

**12 ouă, 210 g zahăr pudră, 280 g migdale opărite și tăiate fin, 70 g făină, coajă de lămîie rasă, unt, cremă de vanilie sau de unt cu ciocolată.**

Şase ouă întregi și șase gălbenușuri se freacă cu zahărul pînă se fac ca o spumă. Se adaugă migdalele, coaja de lămîie, făina și șase albușuri bătute spumă. Se amestecă ușor și se pune în forma de tort unsă cu unt. Se coace la foc potrivit.

Se umple cu cremă de vanilie (v. 475) sau de unt cu ciocolată (v. 476).

## 456 Tort de alune

**80 g alune prăjite și pisate, 8- g migdale sau nuci prăjite și pisate, 5 albușuri, 210 g zahăr pudră, unt.**

**Crema: 200 g unt, 140 g zahăr pudră, 160 g alune prăjite, 2 batoane ciocolată rasă sau 2 linguri de cacao, 2 linguri smîntînă.**

Albușurile bătute spumă se amestecă cu zahărul, alunele și migdalele (sau nucile). Compoziția se împarte în două și se coc două blaturi în forma de tort capitonată cu hîrtie unsă cu unt.

Cînd blaturile sînt reci se ung cu următoarea cremă.

Se freacă untul cu zahărul pudră, alunele prăjite și pisate fin, ciocolata rasă și smîntîna.

Se ung blaturile cu cremă, se așază unul peste altul, se garnisește cu aceeași cremă, cu cîteva alune întregi și cu cîteva migdale sau nuci tăiate.

## 457 Tort de nuci

**10 albușuri, 2 pahare zahăr pudră, 2 pahare nuci pisate, unt, glazură.**

**Crema I: 400 g unt, 3 gălbenușuri, 1-2 linguri cacao sau ciocolată, 1 pahar zahăr pudră.**

**Crema II: 400 g unt, 3 gălbenușuri, 1 praf vanilie sau coaja de la o lămîie, 3 linguri smîntînă, 1 pahar zahăr pudră.**

În cele 10 albușuri bătute spumă se pune zahărul, bătînd neîncetat cu telul. Cînd zahărul s-a topit, se adaugă nucile pisate și se amestecă foarte ușor.

Din compoziția obținută, se toarnă în forma de tort, tapisată cu hîrtie unsă cu unt, un strat de grosimea unui deget.

Blaturile obținute (numărul lor depinde de mărimea formei), după ce sînt coapte, se lasă să se răcească bine, apoi se ung cu cremă după gust (cremă de ciocolată, de unt), și se așază unele peste altele. Se glasează cu glazura dorită (v. p. 173).

Cele mai potrivite creme pentru acest tort sînt următoarele:

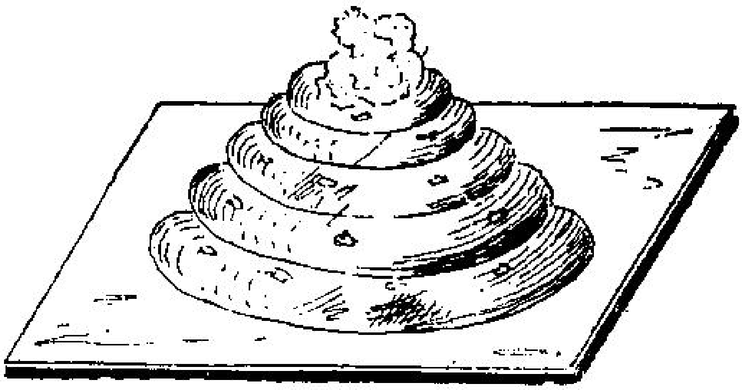
I. 400 g unt proaspăt se freacă spumă adăugînd, pe rînd, trei

gălbenuşuri, o lingură-două cacao sau ciocolată rasă şi un pahar zahăr pudră.
II. 400 g unt proaspăt se freacă cu un pahar zahăr pudră şi se adaugă unul cîte unul trei gălbenuşuri, un praf de vanilie sau coaja rasă de la o lămîie (în loc de vanilie sau coajă de lămîie se poate pune un păhărel de rom) şi trei linguri de smîntînă bună. Se freacă totul bine pînă se face ca o spumă.

## 458 Tort piramidă

**12 ouă, făină – cît cîntăresc cele 12 ouă în coajă, unt – cît cîntăresc cele 12 ouă în coajă, zahăr – cît cîntăresc cele 12 ouă în coajă, unt pentru formă, diferite creme şi dulceţi.**

Se freacă untul adăugînd puţin cîte puţin zahăr şi cîte un ou; cînd compoziţia se prezintă ca o cremă, se adaugă treptat făina, amestecînd mereu.



Se taie, din timp, 6-8 forme rotunde din hîrtie. Cea mai mare trebuie să fie de mărimea unei farfurii întinse obişnuite, următoarea cu 2-3 cm mai mică în diametru, a treia mai mică cu 2-3 cm decît cea de-a doua, şi aşa mai departe. Din compoziţia pregătită se pune pe hîrtia rotundă unsă cu unt, un strat gros de un deget şi se aşază într-o tavă mai mare de copt, cîte două-trei foi. Se coc la foc potrivit.
Cînd toate cele 6-8 foi sînt coapte, se unge fiecare cu diferite creme şi dulceţi (una se unge cu cremă de ciocolată, alta cu dulceaţă, a treia cu cremă de vanilie etc.).
Se aşază foile unse una peste alta, astfel încît cea mai mare să formeze baza, iar cea mai mică vîrful unei piramide.
În vîrf, peste ultima foaie unsă cu cremă, se aşază fructe din dulceaţă.

## 459 Tort de curmale şi frişcă

**250 g zahăr pudră, 300 g curmale tăiate, 300 g alune date prin maşină, 1 lingură pesmet fin, 10 albuşuri, 500 g frişcă, vanilie.**

Se bat albuşurile cu zahărul pînă se fac spumă, se adaugă curmalele tăiate în lung, alunele, pesmetul şi vanilia. Se

toarnă compoziţia în forma de tort şi se coace la foc potrivit. Se lasă să se răcească, apoi se taie în două şi se umple cu frişcă. Se îmbracă tot cu frişcă şi se garniseşte cu curmale tăiate.

## 460 Tort de castane

**12 ouă, 280 g zahăr pudră, 3 linguri pîine cu pesmet fin, 1 praf de scorţişoară, 280 g castane fierte şi bine strivite (pire), unt, cremă şi glazură pentru tort.**

Se freacă bine zahărul cu 12 gălbenuşuri, se pune pesmetul şi scorţişoara şi se amestecă uşor. Se adaugă pireul de castane şi la urmă şase albuşuri bătute spumă. Se toarnă compoziţia în forma de tort unsă cu unt şi se coace la foc încet 45 min. Se umple şi se glasează cu cremă după plac (v. p. 171-173).

## 461 Tort Punş

**8 ouă, 210 g zahăr pudră, 140 g făină, zeama de la 1 lămîie şi 1 portocală, 1 păhărel rom, 40 g ciocolată, 2-3 linguri marmeladă de caise, unt şi făină pentru formă, glazură de ciocolată.**

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul pudră, adăugat treptat şi amestecînd mereu. Se pun apoi albuşurile bătute spumă, iar la sfîrşit, amestecînd uşor, făina.

Această compoziţie se toarnă într-o tavă de copt dreptunghiu-lară, unsă cu unt şi presărată cu făină, avînd grijă ca mări-mea ei să permită ca stratul turnat să nu fie mai gros de 1 cm.

Foaia se coace rumen, iar cînd este gata, se taie două blaturi cu ajutorul unui fund de lemn rotund sau al unei farfurii. Resturile de foaie coaptă (colţurile dreptunghiulare) se taie în cuburi mici şi se împart în trei părţi egale. O parte din cuburile tăiate se udă cu zeamă de portocale şi lămîie, a doua parte se stropeşte bine cu rom colorat în roşu (cu puţin praf alimentar), iar a treia parte din cuburi se pune în ciocolata topită cu patru linguri de apă. Cînd această operaţie este terminată, cuburile pregătite diferit se amestecă.

Primul blat se unge cu marmeladă de caise, iar peste stratul de marmeladă se întind cuburile amestecate, apăsînd uşor cu cuţitul, astfel încît să nu rămînă spaţii între cuburi. Se aşază deasupra al doilea blat, apăsîndu-l uşor, şi se glasează cu ciocolată (v. 485).

## 462 Tort de caise

**350 g făină, 100 g unt sau margarină, 100 g smîntînă, 1 ou, 2 linguri zahăr, 1 linguriță oțet, vanilie, coajă de lămîie rasă, zahăr pudră.**

**Umplutura: 1 kg caise curățate de sîmburi și rupte jumătăți, 3 linguri zahăr.**

Se freacă puțin untul cu zahărul, apoi cu oul. Se adaugă smîntîna, oțetul, vanilia, coaja de lămîie și se amestecă. Se pune pun făina și se frămîntă un aluat care se lasă la rece o oră. (Se poate pregăti aluatul seara și păstra pînă a doua zi dimineața). Aluatul se împarte în două părți egale din care se întind două foi potrivit de groase. Se unge forma de tort, se așază prima foaie și se dă la cuptor. Cînd aluatul s-a ridicat și a prins puțină coajă, se așază jumătățile de caise, se presară cu cele trei linguri de zahăr și se acoperă cu a doua foaie. Se dă din nou la cuptor, să se coacă la foc potrivit și să se rumenească frumos. Se lasă să se răcească în formă, apoi se scoate și se presară cu zahăr pudră. (Cine dorește poate să facă umplutura din vișine).

## 463 Tort de gutui

**400 g pastă de gutui (se obține din circa 600 g gutui), 400 g zahăr pudră, 10 albușuri spumă, 3-4 linguri marmeladă de gutui, ulei, fructe din dulceață.**

Se fierb gutuile și se trec prin sită.
Cînd pasta de gutui este rece, se amestecă cu 400 g zahăr, adăugat treptat, cîte o lingură. Se pun albușurile bătute spumă și se amestecă ușor.
Pasta obținută se împarte în patru părți egale. Se coc, în tava de tort capitonată cu hîrtie unsă cu ulei, patru foi care se lasă în cuptor cîte 5-10 min fiecare.
Pe măsură ce se coc, în momentul cînd se scot din cuptor se umezește hîrtia și se trage înlăturînd-o. Se lasă să se răcească toate blaturile, apoi fiecare se unge cu marmeladă de gutui. Se garnisește tortul cu diferite fructe din dulceață.

## 464 Tort Joffre

**7 albușuri, 300 g zahăr pudră.**

**Crema: 300 g ciocolată, ½ pahar lapte, 300 g unt, 7 gălbenușuri, 150 g zahăr pudră, 1 lingură rom.**

Se bat, pe baia de abur, albușurile cu zahărul, ca pentru bezele. Din această compoziție se coc cinci foi, în forma de tort al cărei fund a fost uns cu un strat nu prea gros de

ceară.
Foile reci se ung cu cremă, se aşază unele peste altele şi se glasează de asemenea cu cremă.
Pentru cremă se topeşte ciocolata în lapte, se lasă să dea un clocot două, apoi se dă la rece. În acest timp se freacă untul cu zahărul, se adaugă gălbenuşurile, unul cîte unul, apoi se pune cîte puţină ciocolată topită, frecînd bine, şi romul.

## 465 Doboş-tort

**10 ouă, 200 g zahăr pudră, 120 g făină fină, coaja rasă şi zeama de la o lămîie, unt.**

**Crema: 6 ouă, 200 g zahăr, 200 g unt, 6 batoane (linguri pline) ciocolată rasă, 4 linguri apă.**

Gălbenuşurile cu zahărul, coaja şi zeama de la o lămîie se freacă pînă se obţine o cremă. Se adaugă albuşurile bătute spumă şi făina puţin cîte puţin, amestecînd încet.
Din aluatul obţinut se fac zece foi subţiri cît muchia unui cuţit şi se coc într-o tavă dreptunghiulară, unsă cu unt. Cînd toate foile sînt coapte şi răcite, se ung cu cremă, se aşază unele peste altele şi se glasează cu zahăr ars sau cu aceeaşi cremă.
Pentru cremă, într-o tingire aşezată în apă clocotită pe foc, se bat cu telul ouăle întregi cu zahărul, pînă cînd se îngroaşă. Se ia de pe foc şi se adaugă ciocolata amestecată şi încălzită cu patru linguri de apă şi untul.
Frecăm totul bine pînă se răceşte.

## 466 Tort Moca

**8 ouă, 250 g zahăr pudră, 250 g nuci sau migdale pisate, 2 linguri pesmet fin (alb).**

**Crema: 250 g unt, 250 g zahăr pudră, 5 gălbenuşuri, ½ baton vanilie, 1 ceşcuţă esenţă de cafea, 100 g migdale curăţate.**

Se freacă spumă gălbenuşurile cu zahărul, se adaugă nucile sau migdalele, pesmetul, şi la urmă spuma de albuşuri.
Se pune compoziţia în forma de tort, se coace şi, după ce s-a răcit, se taie în două.
Se umple şi se glasează cu următoarea cremă.
Se freacă zahărul cu untul, apoi se adaugă, unul cîte unul, gălbenuşurile şi vanilia bine pisată, pînă obţinem o cremă. Se toarnă cîte puţin din esenţa de cafea şi se amestecă bine. După ce tortul a fost umplut şi îmbrăcat cu cremă, se garniseşte cu migdale tăiate.

## 467 Tort special de cacao

**250 g zahăr, 250 g nuci, 5 albuşuri, rom, 300 g frişcă, ulei. Crema: 8 gălbenuşuri, 250 g zahăr pudră, 250 g unt, 2 linguri cacao, 2 linguri zahăr, ½ pahar apă.**

Se pun într-o cratiță la ars 250 g zahăr. Cînd începe să se îngălbenească, se adaugă nucile, lăsîndu-le să se prăjească puțin. Se iau de la foc şi se întind pe un fund de lemn uns cu ulei. Cînd s-au răcit bine, se pisează în piuliță, foarte fin. Se bat spumă albuşurile şi se amestecă cu nucile prăjite şi pisate. Această compoziție se împarte în trei părți egale din care se coc pe rînd, în forma de tort unsă cu ulei şi capitonată cu hîrtie, trei blaturi. Se coc la foc potrivit şi se lasă să se rumenească puțin.

Se ung cu cremă blaturile reci şi stropite cu rom. Ultimul blat se unge tot cu cremă pe deasupra, iar tortul întreg se îmbracă cu frişcă.

Pentru cremă se freacă gălbenuşurile cu zahărul pudră pînă se obține o cremă; se amestecă cu untul, frecat dinainte spumă, apoi se adaugă următoarea compoziție, de asemenea pregătită dinainte: două linguri cacao împreună cu două linguri zahăr şi ½ pahar apă se fierb pînă se leagă. Se amestecă totul foarte bine.

## 468 Tort de biscuiți

**3 ouă, 1 pahar zahăr pudră, 250 g unt, 300 g biscuiți, 50 g cacao sau ciocolată rasă, 1 păhărel rom, 300 g frişcă.**

Se freacă spumă untul cu zahărul, adăugînd cîte un ou şi romul, apoi cacao sau ciocolată.

În crema obținută se pun biscuiții rupți în bucățele mici şi se amestecă bine.

Se aşază compoziția pe o farfurie rotundă, dîndu-i cu ajutorul cuțitului formă de tort şi se pune la gheață. Înainte de a fi servit, se îmbracă cu frişcă bătută.

## 469 Tort de griş

**6 linguri rase griş, 210 g zahăr pudră, 6 ouă, 110 g nuci, 1 lămîie, 20 bucăți zahăr, 1 lingură lapte, 4 linguri marmeladă, unt, sirop.**

Se freacă zahărul cu gălbenuşurile, se adaugă coaja rasă de lămîie, nucile pisate foarte fin, apoi, treptat, grişul, alternînd cu spuma de albuşuri.

Se unge cu unt forma de tort, se toarnă compoziția și se coace la foc domol. Cînd este gata, se taie în două blaturi care se stropesc cu puțin sirop (apă fiartă cu zahăr).
Se umple cu marmeladă și se glasează cu următoarea glazură: Peste 20 bucățele de zahăr se pune apă cît să le acopere și se lasă să fiarbă ca pentru şerbet (v. p. 247).
Se freacă siropul călduț, adăugînd zeama de lămîie și o lingură de lapte. Cînd devine alb, se întinde pe tort cu un cuțit muiat în apă.

## 470 Tort ieftin I

**5 ouă, 125 g unt, ¾ pahar zahăr pudră, 1 pahar lapte rece, 1 praf de copt, vanilie, făină cît cuprinde, unt pentru formă, cremă pentru tort.**

Se freacă zahărul cu untul și gălbenușurile, se pune vanilia, laptele rece și praful de copt, amestecînd totul bine. Se adaugă albușurile bătute spumă, iar la sfîrșit atîta făină, cît este necesar ca să se obțină o pastă groasă care totuși să curgă.
Se toarnă în forma de tort unsă cu unt și presărată cu făină și se coace la foc potrivit.
Cînd este gata (se încearcă cu paiul) se lasă să se răcească, se taie în două și se umplu cu cremă după plac (v. p. 171), cu dulceață sau cu marmeladă.

## 471 Tort ieftin II

**2 ouă, 3 linguri zahăr, 1 lingură oțet, ½ linguriță bicarbonat dizolvat în zeamă de lămîie, 3 linguri ulei, coaja de la o lămîie, vanilie, făină, ulei, cremă și glazură pentru tort.**

Se bat ouăle cu zahărul, se adaugă o lingură de oțet și bicarbonatul dizolvat în puțină zeamă de lămîie, vanilia și coaja de lămîie, trei linguri de ulei, și se amestecă totul bine.
Se frămîntă apoi cu făină un aluat nu prea tare și se lasă să se odihnească 5-10 min.
Din acest aluat se face un sul care se împarte în 6-7 părți egale. Fiecare parte se întinde cu făcălețul în așa fel ca să obținem o foaie rotundă de mărimea unei tigăi mari.
Tigaia se unge cu puțin ulei, se pune cîte o foaie pe tigaie și se coace pe mașină pe o parte și pe alta, la foc mic.
Cînd toate foile sînt coapte, se ung cu o cremă după gust și se glasează obișnuit.

# Creme pentru torturi şi alte preparate

## 472 Cremă de nuci

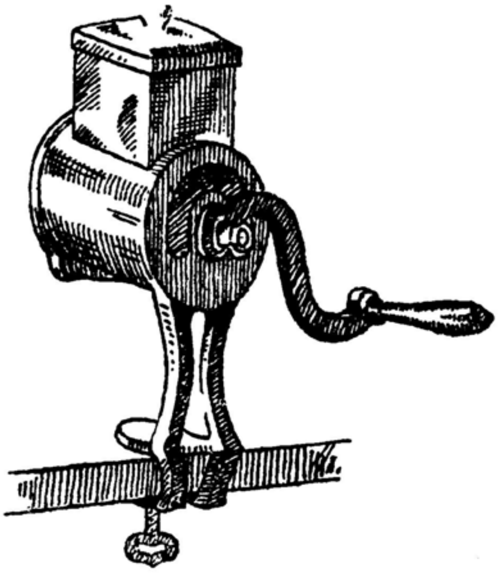
**1 pahar lapte, 250 g nuci, 150 g zahăr, 1 păhărel rom.**

Se pune la fiert laptele cu nucile date prin maşină şi zahărul. Se amestecă mereu cu lingura ca să nu se prindă de fundul vasului, pînă se obține o pastă groasă. Se dă la o parte, se lasă să se răcorească, se adaugă un păhărel de rom şi se amestecă bine.

## 473 Cremă de alune sau nuci pralinate

**250 g unt, 200 g zahăr pudră, 150 g zahăr tos, 150 g alune sau nuci.**

Se freacă untul cu zahărul pudră, pînă se face ca o spumă. Separat se pune la foc într-o cratiță zahărul tos. Cînd începe să se topească şi să devină gălbui, se adaugă alunele sau nucile şi se amestecă repede cu lingura pînă cînd zahărul este cu totul topit. Se răstoarnă repede pe un fund de lemn udat cu apă, se întinde pe toată suprafața fundului şi se lasă să se răcească. Se pisează apoi foarte fin în piuliță şi se adaugă cîte puțin, amestecînd mereu, în crema de unt şi zahăr pregătită mai înainte.



*Nuci sau alune pralinate pentru cremă şi alte preparate.* Cantități egale de alune sau nuci şi zahăr, ulei. Într-o cratiță aşezată pe foc se pune zahărul şi se lasă să se ardă puțin, pînă capătă o culoare galbenă aurie. Se adaugă nucile sau alunele uscate la gura cuptorului şi se amestecă cu ajutorul unei furculițe. Se lasă numai cîteva minute; cînd zahărul începe să se închidă la culoare, se ia cratița de la foc şi repede se răstoarnă conținutul pe o farfurie unsă cu ulei. Cînd se răceşte, se ridică de pe farfurie cu ajutorul cuțitului şi se pisează în piuliță mai mărunt sau mai mare, după cum este necesar.

## 474 Cremă de vanilie I

**500 g lapte clocotit, ½ baton vanilie, 6 gălbenuşuri, 200 g zahăr, 60 g făină, 1 linguriță unt.**

Se pune laptele să clocotească cu vanilia într-o cratiță, se acoperă cu un capac şi se lasă să stea o oră. În acest timp

se freacă gălbenuşurile cu zahărul şi făina şi se toarnă apoi, puţin cîte puţin, laptele încălzit din nou.
Se pune la foc, amestecînd mereu, pînă cînd începe să se îngroaşe. Se dă la o parte, se adaugă untul şi se freacă pînă cînd crema începe să se răcească.

## 475 Cremă de vanilie II

**250 g unt, 250 g zahăr, 5 gălbenuşuri, 50 g lapte, vanilie (baton).**

Se bat într-o cratiţă gălbenuşurile cu zahărul pînă se fac ca o cremă. Se adaugă vanilia şi laptele şi se pune totul la foc, amestecînd fără întrerupere pînă cînd se îngroaşă compoziţia şi capătă consistenţă de cremă. Se ia de la foc, se lasă puţin să se răcorească, apoi se adaugă untul bucăţică cu bucăţică, bătînd cu telul pînă ce crema se albeşte. Se dă la rece.
Această cremă se întrebuinţează pentru decorare şi umplutură la diverse prăjituri, torturi etc.

## 476 Cremă de unt cu ciocolată

**250 g unt, 200 g zahăr pudră, 150 g ciocolată.**

Se freacă untul cu zahărul pînă se face spumă. Se moaie ciocolata cu două linguri de apă pe marginea maşinii şi, după ce s-a topit bine, se amestecă cu crema de unt şi zahăr.

## 477 Cremă de castane

**300 g unt, 300 g zahăr pudră, 500 g castane, 1 lingură rom.**

Se freacă spumă untul cu zahărul şi romul. Se crestează castanele cu un cuţitaş bine ascuţit, se pun la fiert în apă rece şi se lasă să clocotească cîteva minute. Apoi se trage cratiţa de la foc, se iau castanele una cîte una şi se curăţă, se trec prin maşina de tocat, apoi prin sită. Se pune pireul de castane obţinut într-un castron, adăugînd treptat cîte puţin din crema de unt şi amestecînd bine.

## 478 Cremă de ciocolată

Se prepară din aceleaşi cantităţi şi în acelaşi fel ca şi crema de vanilie I (v. 474), adăugîndu-se două linguri ciocolată rasă sau cacao o dată cu vanilia şi laptele.

## 479 Cremă de cafea

**250 g unt, 200 g zahăr pudră, ½ ceşcuţă de cafea rece şi foarte concentrată.**

Se freacă spumă untul cu zahărul. Se adaugă cîte puţină cafea concentrată, strecurată şi răcită.

## 480 Cremă de lămîie

**Aceleaşi cantităţi ca la crema de cafea.**

Se procedează în acelaşi fel ca la crema de cafea (v. 479), înlocuind esenţa de cafea cu zeama şi coaja de la o jumătate de lămîie mare.

## 481 Cremă de unt

**250 g zahăr pudră, 250 g unt, vanilină.**

Se freacă spumă untul cu zahărul pudră şi se adaugă vanilina.

# Cîteva glazuri pentru tort

## 482 Glazură de zahăr

**420 g zahăr, 1 pahar apă, cîteva picături zeamă de lămîie.**

Se fierbe bine zahărul pisat fin cu un pahar de apă pînă cînd siropul se îngroaşă şi se ţine de lingură. Se adaugă cîteva picături de zeamă de lămîie. Cînd compoziţia este caldă, se freacă, ca la şerbet, fără să se întărească. Cînd este încă moale, se unge repede tortul. Această glazură se poate colora după plac cu culori alimentare.

## 483 Glazură de cafea

**210 g zahăr, 2-3 linguri cafea.**

Se freacă zahărul pudră cu 2-3 linguri cafea foarte concentrată şi foarte fierbinte (clocotită), timp de ½ oră pînă se face ca o pastă şi se întinde imediat pe tort.

## 484 Glazură de rom

**420 g zahăr, ½ pahar apă, 2 linguri rom, zeama de la o ½ lămîie.**

Se pune la fiert zahărul cu apa; cînd s-a legat bine ca pentru şerbet, se adaugă romul şi zeama de lămîie. Se ia de pe foc, se freacă bine şi cînd începe să se albească, se toarnă repede peste tort.

## 485 Glazură de ciocolată

**170 g zahăr, 0,250 l apă, 3-4 linguri ciocolată rasă sau cacao.**

Se pun la fiert într-o oală mică zahărul cu apa, se spumează, se încearcă ca pentru şerbet; cînd este suficient de legat, se ia de pe foc şi se freacă, călduţ cu 3-4 linguri de ciocolată rasă sau cacao. Cînd este încă moale, se întinde repede peste tort.

## 486 Glazură de lămîie

**200 g zahăr, zeama de la 2 lămîi.**

Într-un castron mic se pune zeama de la două lămîi, se adaugă zahărul pudră (cernut prin sita deasă). Se freacă foarte bine pînă se obține o spumă albă. Cu această compoziție se îmbracă tortul.

## 487 Glazură de portocale

Se prepară la fel ca glazura de lămîie (portocalele să fie de mărimea lămîii).

## 488 Glazură de ou

**250 g zahăr, 2 albuşuri, zeama de la 1 lămîie.**

Se amestecă într-un castron zahărul pudră, albuşurile de ou şi zeama de la o lămîie sau portocală. Se freacă aproape o oră pînă ce se obține o cremă groasă. Cu această compoziție se îmbracă torta.

# Şarlote

Şarlotele, cremele, jeleurile şi celelalte preparate cu gelatină se țin la gheață sau la un loc foarte rece pînă la servire. Înainte de a fi servite trebuie scoase din formă. Pentru a le scoate, se introduce forma într-un vas cu apă fierbinte (numai pentru o clipă), se scoate din apă, se acoperă cu o farfurie, lipită bine de marginile formei, şi se răstoarnă.

## 489 Şarlotă de cafea

**1 kg frişcă, 11 foi gelatină, 4 ceşcuțe cafea neagră rece, zahăr după gust, 1 ceşcuță lapte, dulceață de vişine (facultativ).**

Se pune la foc într-un ibric cafeaua neagră şi laptele. Se adaugă gelatina şi se amestecă bine pînă ce se dizolvă. Se strecoară prin sită deasă şi se lasă să se răcească. Cînd această compoziție este numai puțin călduță se toarnă în frişca bătută zahăr pudră după gust şi se amestecă bine. Se toarnă în ceşti, cupe sau pahare şi se dă la rece.

Cînd se serveşte se poate garnisi fiecare cupă cu frişcă bătută sau cu boabe de dulceață de vişine.

## 490 Şarlotă de alune

**300 g frişcă, 1 kg lapte, 6 ouă, 6 foi de gelatină, 200 g alune prăjite şi măcinate, 350 g zahăr, 1 păhărel rom, puțină coajă rasă de lămîie.**

Laptele fiert şi răcit se toarnă peste gălbenuşurile frecate cu zahărul, se amestecă, se pune pe foc amestecînd mereu, pînă cînd se înfierbîntă bine şi se îngroaşă. Se dă la o parte, se adaugă albuşurile bătute spumă şi alunele măcinate, apoi romul, coaja de lămîie şi gelatina dizolvată în 2-3 linguri de apă fierbinte. Se toarnă compoziția în formă şi se pune la gheață. Se serveşte garnisită cu frişcă.

## 491 Şarlotă de vanilie

**250 g zahăr, 6 gălbenuşuri, 1,5 kg lapte, ½ baton vanilie, 8 foi gelatină.**

Se fierbe laptele cu vanilia. În acest timp se freacă gălebenuşurile cu zahărul. Cînd laptele este fiert, se trage la marginea maşinii şi se toarnă treptat gălbenuşurile amestecînd mereu pînă cînd se îngroaşă. Se dă la o parte. Se dizolvă gelatina în 4-5 linguri de apă fierbinte şi se amestecă cu compoziția călduță. Se toarnă în formă şi se pune la gheață. Înainte de a servi, se introduce forma într-un vas cu apă fierbinte (numai pentru o clipă) şi se răstoarnă pe farfurie.

## 492 Şarlotă de castane

**2 kg castane fierte, strivite, date prin sită, 80 bucăți zahăr făcut sirop gros, 1 păhărel rom, 50 g unt proaspăt, ½ baton de vanilie, 200 g frişcă.**

Se freacă bine pireul de castane (v. 477) cu siropul de zahăr în care s-au adăugat un păhărel de rom şi vanilia (siropul trebuie să fie cald). După aceea se adaugă untul şi se freacă pînă se obține o pastă omogenă. Se aşază compoziția pe o farfurie umezită cu rom. Se garniseşte cu frişcă şi se pune la gheață.

## 493 Şarlotă de pişcoturi

**5 gălbenuşuri, 1 pahar lapte, 1 pahar zahăr, 8 foi gelatină, 250 g pişcoturi de şampanie, 250 g frişcă, 150 g alune turceşti, arahide sau nuci pralinate (v. 473), vanilie, rom.**

Se pune pe foc laptele, adăugînd gălbenuşurile frecate cu zahărul, vanilia şi romul şi amestecînd mereu pînă începe să se îngroaşe. Se ia la o parte şi se adaugă foile de gelatină dizolvate dinainte în 2-3 linguri de apă fierbinte. Se ames-

tecă bine şi se lasă să se răcească puţin. În acest timp, în forma de tort, sau în forma specială de şarlotă, se aşază pişcoturile muiate într-un sirop subţire de zahăr şi rom. Pişcoturile se aşază unul lîngă altul pe fundul şi pe laturile formei.
În compoziţia care a fost lăsată să se răcească puţin, se pun alunele şi frişca, un păhărel de rom, se amestecă bine şi se toarnă în forma capitonată cu pişcoturi. Se ţine la gheaţă 3-4 ore. Cînd se serveşte, se răstoarnă pe farfurie.

### 494 Şarlotă la iuţeală

**200 g pişcoturi sau biscuiţi, 250 g frişcă, 200 g nuci pisate (sau alune), 250 g lapte îndulcit cu 6 linguriţe de zahăr, 3-4 păhărele de rom, cîteva fructe din dulceaţă.**

Se înmoaie pişcoturile în laptele îndulcit în care s-a adăugat şi romul. Se aşază pişcoturile pe un platou, unul lîngă altul, se presară cu nuci, se aşterne un strat de frişcă, apoi din nou se aşază un rînd de pişcoturi presărate cu nuci şi un strat de frişcă. Se garniseşte cu fructe din dulceaţă, tăiate.

### 495 Şarlotă de fructe

**2 pahare zeamă de fructe proaspăt pregătită şi strecurată, 200 g zahăr, 500 g frişcă, 9 foi gelatină.**

Se încălzeşte zeama de fructe (caise, căpşuni, coacăze, fragi, piersici, zmeură), se adaugă zahărul şi se ţine pe foc pînă se topeşte zahărul, fără să fiarbă. Se ia de la foc şi se adaugă gelatina dizolvată în cîteva linguri de apă caldă, se amestecă bine şi se lasă să se răcorească. Cînd compoziţia mai este puţin caldă, se pune frişca, se amestecă şi se toarnă în forma de şarlotă. Se ţine la gheaţă cîteva ore. Înainte de a servi se introduce forma într-un vas cu apă fierbinte (numai pentru o clipă) şi se răstoarnă pe farfurie.

## Creme în cupe sau ceşti

### 496 Cremă de alune sau nuci pralinate

**4 ouă, 250 g zahăr pudră, 300 g unt, 4-5 linguri alune sau nuci pralinate (v. 473).**

Se pun ouăle într-un castron aşezat într-un vas cu apă clocotită pe foc şi se bat bine cu zahărul pînă se obţine o cremă. Se ia vasul de la foc şi se lasă pînă cînd se răceşte crema.

Se adaugă untul tăiat felii mici şi subţiri şi se freacă bine ca să se obţină o pastă spumoasă. Se adaugă alunele sau nucile pralinate, se amestecă şi se pune la gheaţă, în cupe sau în ceşti.

## 497 Cremă de ciocolată cu nuci sau alune pralinate

**4 ouă, 250 g zahăr pudră, 300 g unt, 3 linguri ciocolată sau cacao, 4-5 linguri nuci sau alune pralinate (v. 473), 2 linguri lapte.**

Se prepară la fel ca şi reţeta 496. Ciocolata se adaugă în crema de unt cu ouă, după ce a fost topită într-un ibric, la marginea maşinii, cu două linguri de lapte cald sau, în lipsă, cu apă caldă. Se serveşte în cupe sau ceşti.

## 498 Cremă de lapte cu ciocolată

**6 ouă, 6 linguri zahăr, 3 pahare lapte, 3 linguri zahăr pentru ars, 3 linguri ciocolată rasă sau cacao, vanilie (baton), un praf de sare.**

Se fierbe laptele cu vanilia la foc mic. După ce dă un clocot, se acoperă şi se ţine pe marginea maşinii. Se bat spumă ouăle cu zahărul pînă cînd acesta se topeşte. Se înfierbîntă din nou laptele, se adaugă puţină sare şi ciocolata dizolvată în două linguri de apă călduţă, şi se toarnă fierbinte, cîte puţin, cu lingura, peste ouăle frecate cu zahărul, amestecînd mereu pînă cînd compoziţia aproape se răceşte.

Se pun pe maşină într-o cratiţă de 2,5-3 l, trei linguri zahăr şi se lasă să se topească şi să se îngălbenească puţin. Se ia cratiţa de pe foc şi se întoarce în aşa fel, încît zahărul să se întindă pe toată suprafaţa interioară a cratiţei. Se toarnă crema în cratiţă (înainte de a o aşeza, se amestecă crema puţin cu lingura), se acoperă cu un capac şi se pune într-un vas cu apă fierbinte pe foc. Apa fierbinte trebuie să ajungă pînă la trei sferturi din înălţimea cratiţei cu cremă. Peste capac se aşază cărbuni aprinşi (jăratec).

Se ţine astfel pe foc 25-30 min. Crema este gata cînd se desprinde cu uşurinţă de pe pereţii cratiţei. Se scoate din apă şi se pune la un loc răcoros, iar după ce s-a răcit, se aşază pe gheaţă.

Înainte de a servi, se lipeşte o farfurie mare, rotundă, de fundul cratiţei şi se răstoarnă.

## 499 Cremă de zahăr ars

**Aceleaşi cantităţi ca la crema de lapte cu ciocolată. (v. 498).**

Se prepară în acelaşi fel ca şi crema de lapte cu ciocolată. Nu se pune însă ciocolată sau cacao.

# Jeleuri

## 500 Jeleu de cafea

**5 gălbenuşuri, 500 g lapte, vanilie (¼ baton), 4 linguri zahăr pudră, 8 foi gelatină, ½ ceşcuță cafea neagră foartă concentrată strecurată, ulei.**

Se pune la fiert laptele cu vanilia. După ce dă un clocot, se dă la o parte şi se acoperă. Se freacă gălbenuşurile cu zahărul şi se toarnă treptat în laptele cald, amestecînd mereu în aceeaşi parte. Se pune la foc şi se amestecă pînă ce se îngroaşă. Cînd se răcoreşte puțin, se adaugă cafeaua şi gelatina dizolvată în cîteva linguri de apă caldă, se amestecă şi se pune într-o formă unsă cu ulei. Se ține la rece. Înainte de a servi, se introduce forma într-un vas cu apă fierbinte (numai pentru un moment) şi se răstoarnă pe farfurie.

## 501 Jeleu de vanilie

**Aceleaşi cantități ca la jeleul de cafea (v. 500).**

Se prepară la fel ca jeleul de cafea, fără însă să se adauge cafea, se pune însă laptele la fiert cu mai multă vanilie (1 baton mare).

## 502 Jeleu de ciocolată

**3 batoane ciocolată, 10 linguri lapte, 500 g smîntînă proaspătă, 150 g zahăr pudră, vanilie, 8 foi gelatină, ulei.**

Se pun într-un ibric laptele încălzit, vanilia şi ciocolata. Cînd ciocolata s-a topit, se toarnă totul peste zahărul frecat cu smîntîna şi se amestecă bine, apoi se adaugă gelatina dizolvată şi strecurată. Se unge o formă cu ulei, se umple cu compoziția obținută şi se pune la gheață. Înainte de a servi, se ține forma o clipă în apă fierbinte şi se răstoarnă pe farfurie.

## 503 Jeleu din smîntînă

**1 kg smîntînă, 7 foi gelatină albă, 1 foaie gelatină roşie, ½ pahar apă, ¼ baton vanilie, 350 g zahăr, 250 g frişcă bătută.**

Se pune la fiert vanilia cu jumătate pahar apă, pînă ce dă cîteva clocote, se dă la o parte şi se adaugă gelatina ca să se dizolve, apoi se strecoară.

Separat se bate smîntîna cu zahărul pînă se fac ca o spumă, se adaugă gelatina dizolvată şi 250 g frişcă. Se pune în formă şi se dă la rece. Se scoate din formă în acelaşi fel ca jeleul de ciocolată (v. 502).

## 504 Jeleu de vin

**1 kg vin roşu, 200 g zahăr, ¼ baton de vanilie, 10 foi gelatină.**

Se fierbe vinul cu zahărul şi vanilia; după ce dă cîteva clocote se dă la o parte şi se adaugă gelatina dizolvată în cîteva linguri de apă caldă. Se strecoară totul prin sita deasă, se toarnă în formă şi se pune la gheață. Se scoate din formă pe farfurie ca şi jeleul de ciocolată.

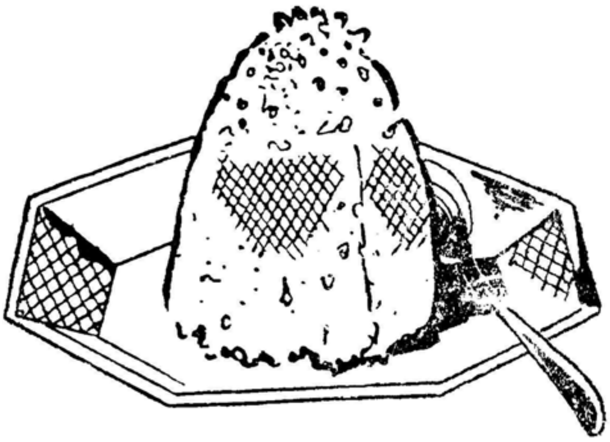
## 505 Jeleu în straturi colorate

Se prepară jeleul de smîntînă, de ciocolată, de vin şi de vanilie (cîte jumătate din cantitățile indicate la fiecare).
Întîi se prepară gelatina de smîntînă şi se toarnă în formă; se dă la rece. După ce s-a întărit, se toarnă gelatina de ciocolată (trebuie să se toarne încet, cu grijă) şi se pune iar la rece, să se întărească. Se procedează în continuare în acelaşi fel cu gelatina de vin şi cu cea de vanilie. Se scoate din formă ca jeleul de ciocolată.

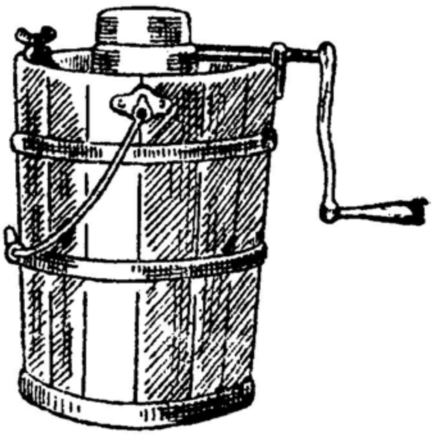
## 506 Jeleu de coacăze

**500 g coacăze, 550 g zahăr, 1 pahar apă.**

Se pun la fiert 400 g coacăze, spălate şi curățate, cu zahărul şi apa. Se lasă să fiarbă pînă se moaie boabele, apoi se trece printr-o sită de păr, zdrobindu-se boabele. Se strecoară din nou printr-o pînză şi se pune la fiert pînă cînd începe să se închege (se încearcă turnîndu-se cîteva picături pe o farfurie rece; dacă este gata, după cîteva minute se încheagă).
Pe fundul unei farfurii mai adînci se aşază cîteva bobițe de coacăze, se toarnă încet un strat mai subțire de jeleu şi se dă la gheață (restul jeleului se ține la loc cald). După ce s-a închegat stratul turnat, se presară deasupra din nou cîteva boabe de coacăze şi iar se toarnă un strat de jeleu. Se procedează astfel pînă se aşază toate coacăzele şi se toarnă tot jeleul.
Înainte de a servi, se răstoarnă pe o farfurie şi se garniseşte cu cîteva crenguțe de coacăze.



În momentul cînd o punem în şerbetieră, compoziția trebuie să fie rece. Se acoperă şerbetiera cu capacul, se introduce în găleata de lemn şi se umple găleata cu gheață zdrobită amestecată cu sare grunjoasă (la 10 kg gheață 2 kg sare) şi se îndeasă bine ca să nu rămînă goluri.



Începem învîrtirea cu ajutorul manivelei, de la stînga la dreapta, egal de iute şi neîntrerupt. Din cînd în cînd ridicăm capacul şi amestecăm cu o lopățică de lemn compoziția înghețată de la marginea cutiei cu cea de la centru care nu este încă întărită bine.

Cînd începe să se învîrtească greu, ridicăm capacul, scoatem paletele din interiorul cutiei, desprindem înghețata de pe pereții ei, amestecăm bine cu lopățica de lemn, acoperim din nou cu capacul şi după ce am mai umplut găleata cu gheață, învîrtim încă cinci minute. Acoperim apoi cu un sac sau o pînză groasă muiată în apă şi lăsăm astfel să stea o oră avînd grijă ca din cînd în cînd să scurgem apa provenită din topirea gheții – înlocuind-o cu gheață.

## 507 Înghețată de vanilie

**4 kg vişine, 3 kg zahăr tos, 0,5 l spirt rafinat, 500 g rom, vanilie.**

Se freacă spumă zahărul cu gălbenuşurile, se adaugă laptele fiert cu vanilia şi răcit, şi se pune la foc amestecînd mereu pînă ce se îngroaşă (nu trebuie să fiarbă).

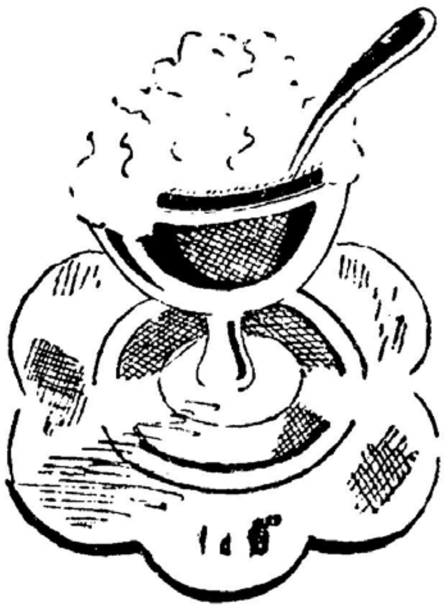
Se lasă compoziția să se răcească şi se pune în şerbetieră. Cînd compoziția este aproape înghețată, se adaugă 1 pahar frişcă şi se învîrteşte încă 10 min.

## 508 Înghețată de vanilie

**10 gălbenuşuri, 300 g zahăr, 1 kg lapte, 100 g ciocolată sau 50 g cacao, vanilie.**

Se fierbe laptele cu vanilia (baton), se acoperă şi se ia de pe foc. Separat se freacă gălbenuşurile cu zahărul, se adaugă ciocolata muiată cu o lingură de apă călduță şi se mai freacă

(în acelaşi sens). Apoi se adaugă cîte puţin lapte. Fără să se înceteze amestecatul, se pune la foc pînă începe să fiarbă. Se ia imediat de pe foc şi se dă la rece. Cînd s-a răcit complet, se scoate vanilia, se toarnă compoziţia în şerbetieră şi se învîrteşte pînă îngheaţă şi se întăreşte bine.



## 509 Îngheţată de cafea

**1 kg lapte, 400 g zahăr, 3 ceşcuţe cafea concentrată şi strecurată, 300 g frişcă, vanilie, 4 gălbenuşuri (facultativ).**

Se fierbe laptele cu puţină vanilie (baton). Se ia de pe foc şi se amestecă cu zahărul şi cafeaua. Cînd s-a răcit bine, se adaugă frişca, se pune în şerbetieră şi se învîrteşte. Se serveşte cu puţină frişcă bătută.

## 510 Îngheţată de caise

**Aceleaşi cantităţi ca la îngheţata de vanilie (nu se pune vanilie), în plus ¼ kg caise.**

Cînd îngheţata este aproape gata, se adaugă în şerbetieră caisele coapte, curăţate şi strivite bine mai înainte; se mai învîrteşte 5-6 min.

## 511 Îngheţată de lămîie

**280 g zahăr, 1 pahar apă, 3 lămîi, coaja rasă de la ½ lămîie.**

Se fierbe cîteva minute zahărul cu apa, apoi se adaugă coaja de la ½ lămîie şi zeama de la trei lămîi. Se lasă să se răcească acoperit. Apoi se strecoară şi se pune în şerbetieră.

## 512 Îngheţată de vişine

**500 g zeamă de vişine, 350 g zahăr, 1½ pahar apă, zeama de la o lămîie.**

Se fierbe zahărul cu apa cîteva minute şi se dă la o parte. În acest timp se strecoară vişinele curăţate de sîmburi prin strecurătoare, ca să se obţină 500 g zeamă de vişine. Se

adaugă această zeamă în zahărul fiert, se stoarce zeama de la o lămîie şi se lasă totul să se răcească. Apoi se pune compoziția în şerbetieră.

### 513 Îngheţată de fragi sau zmeură

**500 g zeamă de fragi sau zmeură, 350 g zahăr, 1½ pahar apă, zeama de la 1 lămîie, 1 pahar frişcă.**

Se prepară la fel ca îngheţata de vişine (v. 512). Cînd compoziția este aproape îngheţată, se adaugă un pahar de frişcă. Se mai învîrteşte 5-6 min.

## Preparate reci din fructe

### 514 Căpşuni cu frişcă

**1 kg căpşuni, 1 păhărel rom, ½ pahar zahăr, frişcă (cantitatea după gust).**

Se curăță căpşunile de codițe, se spală şi se lasă să se scurgă bine de apă. Se aşază într-un vas pentru servit (fructieră) un rînd se căpşuni, se presară cu zahăr şi se stropesc cu rom. Se procedează astfel pînă cînd se aşază toate căpşunile, apoi se ţine vasul la gheaţă. Cînd se servesc se acoperă cu un strat de frişcă şi se garnisesc cu cîteva căpşuni.

### 515 Melanj de fructe proaspete

**2 mere, 3 pere zemoase, 15 prune coapte, 1 pahar boabe de struguri albi, 1 pahar boabe de struguri negri tămîioşi, 2-3 felii de pepene galben parfumat, zeama de la 1 lămîie, 2 pahare vin alb, 1 pahar zahăr pisat.**

Perele şi merele se curăță de coajă, se scoate căsuța cu sîmburi şi se taie felioare foarte subțiri. Prunele se curăță de pielițe, se scot sîmburii şi se taie în sferturi. Boabele de struguri se spală bine şi se scurg, iar pepenele galben, curățat de coajă, se taie cuburi.

Se amestecă toate fructele cu zahărul, vinul şi zeama de lămîie şi se ţine la gheaţă 2-3 ore.

Se serveşte în cupe sau în pahare, cu cîte un pişcot.

### 516 Pepene galben umplut

**1 pepene galben mare, 1 pară mare, 1 măr mare, 2-3 piersici, 2-3 prune, 1 pahar boabe de struguri, amestecați albi şi negri, de preferință tămîioşi, 1 pahar vin, 2 păhărele rom, ½ pahar zahăr, 3 foi de gelatină, 1 praf de vanilie.**

Mărul şi para se curăță de coajă, de căsuța cu sîmburi şi se taie cuburi mici. Prunele şi piersicile se curăță de pieliță,

de sîmburi şi se taie bucăţi mici. Se aleg boabe de struguri, de preferinţă tămîioşi. Toate aceste fructe se pun într-un castron şi se amestecă cu o lingură de zahăr.
Se alege un pepene galben mare, copt şi bine parfumat. Se taie un căpăcel şi se scot cu lingura toate seminţele; apoi se umple cu fructele tăiate, scuturînd bine pepenele ca să se aşeze fructele.
Vinul şi zahărul se pun la foc să dea un clocot, se adaugă gelatina şi se amestecă cu lingura ca să se dizolve bine. Se strecoară prin sită şi se adaugă romul şi praful de vanilie.
Cînd amestecul este aproape rece, se toarnă în pepene cît să acopere fructele şi se aşază direct pe gheaţă.
Cînd se serveşte, se taie în jumătate pe lung şi fiecare jumătate în felii.

## 517 Spumă de mere

**500 g mere, 2½ pahare apă, ¾ pahar zahăr, 15 g gelatină.**

Se spală merele, se taie sferturi, se curăţă de sîmburi şi se fierb în apă pînă ce devin moi. Se scurge zeama în alt vas, iar merele se dau prin sită. În zeama de mere strecurată se adaugă gelatina, se dizolvă, se pune zahărul şi se lasă să dea un clocot.
După ce s-a răcit, se toarnă zeama de mere într-o ulcică înaltă, se adaugă pireul de mere şi se bate cu bătătorul de albuş pînă se face ca o spumă. Se aşază repede în cupe sau în ceşti, şi se serveşte (Această spumă se poate face şi din alte fructe; se prepară la fel).

# Băuturi

## 518 Limonadă

**3 lămîi mari sau 4 mici, 15 linguriţe zahăr (sau 15 bucăţi), 1 l apă.**

Se storc lămîile şi zeama se trece prin tifon (sau prin sită foarte deasă). Se dizolvă zahărul în apă, se adaugă zeama de lămîie şi se toarnă într-o sticlă cu o bucăţică de coajă de lămîie. Se dă la gheaţă cîteva ore. Se serveşte rece în pahare, adăugînd cîte o feliuţă subţire de lămîie în fiecare pahar.

## 519 Oranjadă

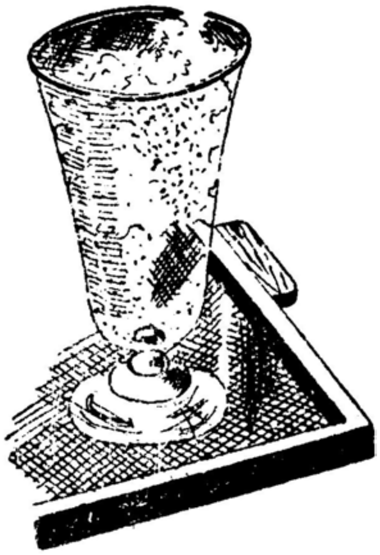
**2 portocale mari, 2 lămîi, 15 bucăți zahăr (sau 15 lingurițe), 1 l apă.**

Se storc lămîile şi portocalele. Se trece zeama prin tifon sau prin sită. Se dizolvă zahărul în apă, se adaugă zeama de lămîi şi portocale, se toarnă într-o sticlă cu o bucățică de coajă de portocală şi se dă la gheață. Se serveşte rece după cîteva ore.

## 520 Băutură sănătoasă – Cvas

**12 l apă, 1 kg pîine de secară, 25 g drojdie de bere, 500 g zahăr, 12 boabe de stafide, 12 boabe de orez, coaja tăiată de la o ½ lămîie.**

Se taie pîine felii subțiri şi se pune să se usuce în cuptor. Se fierbe apa în clocot, se adaugă zahărul şi se toarnă peste pîinea uscată aşezată pe fundul unui borcan de 15 l; se adaugă coaja de lămîie, se acoperă cu un şervet şi se lasă să stea timp de 4-5 ore. Se strecoară apoi printr-o sită deasă de păr într-un vas încăpător, se adaugă drojdia dizolvată în puțină apă, se amestecă, se acoperă cu un şervet şi se mai lasă să stea 4–5 ore pînă cînd cvasul începe să facă spumă. Se strecoară pentru a doua oară şi se toarnă în sticle, astfel încît pînă la gîtul sticlei să rămînă un spațiu gol de două degete. În fiecare sticlă se introduce o boabă de stafidă şi un bob de orez şi se astupă cu un dop fiert care se leagă în cruce cu sfoară. Se procedează astfel pînă se umplu toate sticlele.



Se aşază sticlele culcate la loc rece. Peste 2-3 sticle cvasul este gata. Înainte de a destupa, nu se agită sticla.

## 521 Vişinată

**4 kg vişine, 3 kg zahăr tos, 0,5 l spirt rafinat, 500 g rom, ½ baton vanilie.**

Se aleg vişine bune, coapte, spălate şi curățate de codiță, se pun într-o sticlă specială de 5-6 l, cu gîtul mai larg. Se aşază un rînd de vişine, un rînd de zahăr, avînd grijă ca ultimul rînd să fie zahărul. Se adaugă vanilia, spirtul şi romul, se leagă gîtul sticlei cu celofan sau pergament şi se

pune într-un loc la soare. Se ține 3-4 săptămîni scuturînd uşor la fiecare 2-3 zile.
Se serveşte fie numai lichiorul fără vişine, fie împreună cu vişinele, după dorință.

## 522 Zmeurată

**3 kg zmeură, 2 kg zahăr tos, 1 litru spirt rafinat.**

Se prepară la fel ca vişinata ( v. 521).

## 523 Caisată

**3 kg caise bune, coapte, 3 kg zahăr, 1½ l spirt rafinat.**

Caise bune, coapte, dar mai mici, se spală, se înțeapă de cîteva ori cu un ac gros şi se pun într-o sticlă cu gîtul larg (de 5-6 l). Se aşază un rînd de caise, un rînd de zahăr, ultimul rînd trebuind să fie zahăr. Se toarnă spirtul, se leagă gîtul sticlei cu celofan sau cu pergament şi se ține 3-4 săptămîni la loc însorit, scuturînd foarte uşor sticla la 2-3 zile.
După 3-4 săptămîni, se aşază sticla la loc răcoros. Cînd se serveşte, se strecoară printr-un tifon pus în două.
Caisele se pot întrebuința la umpluturi pentru prăjituri sau torturi sau se pot fierbe în apă cu puțin zahăr şi servi drept compot.

## 524 Lichior de portocale

**1 la apă, 500 g zahăr, 0,5 l spirt rafinat, 1 linguriță esență de zahăr ars (pentru colorat), facultativ.**

**Esența: coaja rasă de la 4 portocale, 250 g spirt rafinat.**

Se rade coaja de la patru portocale şi se pune într-o sticlă, se toarnă deasupra 250 g spirt, se leagă gîtul sticlei cu celofan şi se păstrează două săptămîni la loc cald. Aceasta va fi esența.
Se fierbe un sirop din 500 g zahăr şi 1 l apă. Cînd este gata se adaugă jumătate din esența strecurată prin tifon, se ia de pe foc şi se lasă să se răcească. După ce s-a răcit, se adaugă cealaltă jumătate de esență strecurată, 0,5 l spirt şi esența de zahăr ars. Este bine să se treacă prin hîrtie de filtru.
Se păstrează în sticle la loc răcoros.

## 525 Lichior de lămîie

**Aceleaşi cantități ca la lichiorul de portocale.**

Se prepară în acelaşi fel ca lichiorul de portocale (v. 524).

## 526 Lichior de caise

**1 l apă, 500 g zahăr, 0,5 l spirit rafinat, ¼ baton vanilie.**

**Esența: 10 caise proaspete, 10 zarzăre, spirt cît să acopere fructele.**

Se așază într-un borcan caisele și zarzărele, fără sîmburi, se toarnă spirt cît să le acopere, se leagă borcanul cu celofan și se ține astfel două săptămîni la soare. Aceasta va constitui esența.

Mai departe, se prepară ca lichiorul portocale (v. 524).

## 527 Lichior de izmă

**1 l apă, 500 g zahăr, 0,5 l spirt rafinat.**

**Esența: o mînă de izmă, spirt cît să acopere izma.**

Se pune în sticlă izma, se acoperă cu spirt și se ține două săptămîni la soare.

Mai departe se procedează ca la lichiorul de portocale (v. 524).

## 528 Lichior de nuci verzi

**1 l apă, 0,5 l spirt rafinat, 500 g zahăr, 0,5 l spirt rafinat, ¼ baton vanilie.**

**Esența: 200 g nuci verzi, spirt cît să le acopere, 1 linguriță scorțișoară puțin pisată, ½ linguriță anason zdrobit, 10 fire cuișoare zdrobite.**

Se taie nucile felii subțiri, se pun într-o sticlă și se acoperă cu alcool. Se astupă sticla cu dop și se ține două săptămîni la soare. Se strecoară esența prin tifon într-un vas, se toarnă într-o sticlă curată (nucile se înlătură), se adaugă scorțișoara, cuișoarele și anasonul. Se astupă sticla și se ține încă două săptămîni la soare.

Mai departe se procedează ca la lichiorul de portocale (v. 524).

## 529 Lichior de zahăr ars

**2 pahare zahăr, 2½ pahare apă, coaja de la ½ lămîie, ½ baton vanilie, 0,250 l spirt rafinat, 3 linguri zahăr pentru ars.**

Se pune zahărul la fiert cu apa, vanilia și coaja de lămîie tăiată bucăți.

În alt vas se ard trei linguri de zahăr. Cînd s-a rumenit bine, se toarnă peste el siropul preparat, se amestecă bine și se lasă să fiarbă 15 min. Se lasă să se răcească, se trece printr-un tifon pus în două și se adaugă alcoolul.

## 530 Lichior de ouă

**8 gălbenușuri, 1 l lapte, 10 linguri zahăr, ½ baton vanilie, 1½ pahar spirt rafinat.**

Se pune la fiert laptele cu vanilia. Se freacă gălbenușurile spumă cu zahărul și se toarnă cîte puțin lapte fierbinte,

amestecînd cu lingura mereu în acelaşi sens. După ce s-a adăugat tot laptele, se pune la foc compoziţia obţinută, amestecînd neîncetat pînă ce se îngroaşă (fără să fiarbă nici o clipă). Se strecoară prin sită şi, după ce s-a răcit, se adaugă spirtul, se amestecă şi se pune în sticlă împreună cu vanilia care a fiert în lapte.



531 **Lichior de cafea**

**1 pahar cafea concentrată, limpezită şi strecurată, 1½ pahar apă, 0,250 l spirt rafinat, 500 g zahăr, o bucăţică baton de vanilie.**

Se pune la fiert zahărul cu apa şi vanilia. Cînd siropul este gata, se ia de pe foc, se lasă să se răcorească puţin, apoi se adaugă cafeaua strecurată. Se amestecă, se lasă să se răcească, apoi se adaugă spirtul.

# Diferite prăjituri de casă şi aluaturi fragede

532 **Cornuleţe**

**250 g untură sau unt, ¾ pahar zahăr pudră, 3 gălbenuşuri, 1 ou întreg, 1 albuş bătut (în total 4 ouă), 2-3 linguri nuci pisate, făină cît cuprinde, 4 linguri apă, 1 praf de copt, vanilie.**

Se topeşte untul sau untura. Cînd este călduţ, se adaugă zahărul şi se freacă spumă, se pun pe rînd trei gălbenuşuri, apoi oul întreg, apa, vanilia şi praful de copt. Se amestecă bine compoziţia apoi se pune făina şi se frămîntă un aluat care să nu fie prea tare. Se taie cîte o bucăţică de aluat, căreia i se dă forma unui cornuleţ. Se aşază cornuleţele pe tava de copt la distanţă apreciabilă (cresc la copt), se unge fiecare cu albuş bătut şi se presară cu nuci pisate. Cînd se scoate din cuptor, se tăvăleşte fiecare cornuleţ prin zahăr pudră.

533 **Cornuleţe ruseşti**

**1 pahar untură sau unt, 1 pahar smîntînă, 1 vîrf cuţit sare, 1 praf vanilie, făină cît cuprinde, marmeladă, vişine din dulceaţă sau rahat, ¾ pahar zahăr pudră vanilat.**

Se amestecă untura sau untul cu sarea, vanilia şi smîntîna. Se adaugă făină cît să se obţină o cocă moale; se lasă să

se odihnească 20 min. Apoi se întinde o foaie groasă cît muchia unui cuțit şi se taie bucăți triunghiulare. La capătul lat se pune o boabă de vişină din dulceață, marmeladă sau un cub mic de rahat, se rulează în formă de cornuleț şi se aşază pe tava de copt, la distanță unele de altele. Cînd se scot din cuptor, se tăvălesc cornulețele prin zahăr pudră vanilat.

## 534 Cornulețe (de vanilie) cu nuci

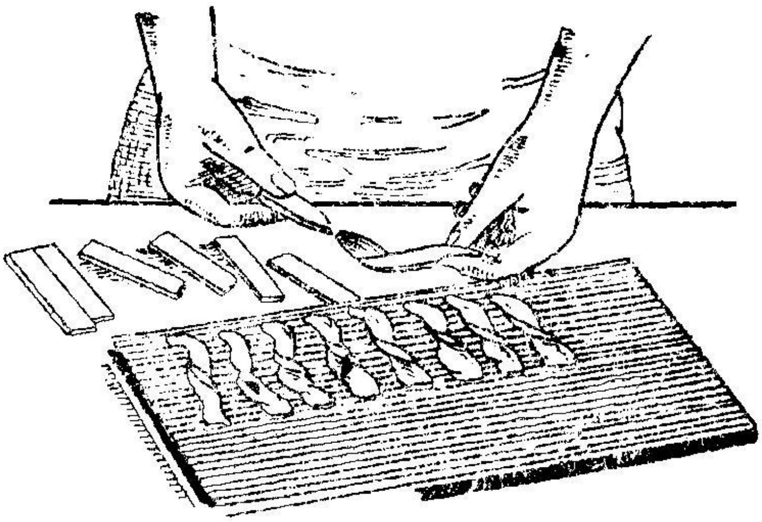
**140 g unt, 60 g nuci măcinate, 70 g zahăr, 170 g făină.**

Se freacă bine untul cu zahărul şi nucile, se adaugă făina şi se frămîntă. Se ia cîte o bucată din coca obținută şi se face un rulou de grosimea unui deget. Se taie ruloul în bucăți lungi de 1-5 cm, se curbează fiecare bucată dîndu-i forma unui cornuleț. Se aşază pe o tavă unsă cu unt şi se coc la foc moale.

## 535 Fursecuri cu drojdie de bere

**4 gălbenuşuri, 1 albuş, 150 g unt sau untură, ½ pahar lapte, drojdie de bere (o bucățică de mărimea unei nuci), 1 praf de sare, 2-3 linguri nuci pisate (date prin maşină), 2-3 linguri zahăr, făină.**

Se moaie drojdia în lapte, se adaugă gălbenuşurile, untul şi praful de sare, se frămîntă cu făină o cocă tăricică. Coca frămîntată se pune într-un şervet sau într-un săculeț de pînză, se leagă bine, însă în aşa fel, încît coca să aibă loc să crească. Se scufundă coca pusă în şervet într-o oală mare cu apă rece şi se lasă astfel 4-5 ore (coca în şervet se va ridica deasupra apei). Se scoate coca şi se întinde cu vergeaua o foaie groasă cît muchia unui cuțit. Se taie fîşii lungi de 7 cm şi late de 2 cm. Fiecare fîşie se unge cu albuş de ou, se dă prin nuca pisată amestecată cu zahărul şi se formează un cornuleț în felul următor: se ține fîşia cu ambele mîini de capete. Un capăt se răsuceşte într-un sens, celălalt capăt în sens opus, se îndoaie în formă de cornuleț şi se aşază pe tava unsă. Se coc la foc potrivit.



## 536 Fursecuri cu ciocolată

**120 g unt, 220 g zahăr pudră, 1 albuş, 250 g alune prăjite şi măcinate, 4 linguri făină, vanilie, unt şi făină pentru formă.**
**Crema: 1 baton ciocolată sau 2 linguri de cacao, 1 lingură zahăr, 2 linguri apă, 1 linguriță rom.**

Se amestecă bine zahărul cu untul, se adaugă albuşul, frecînd totul spumă. Se pun vanilia, alunele şi făina, se amestecă bine şi se toarnă compoziția într-o tavă de copt unsă cu unt şi presărată cu făină. Se coace la foc potrivit.
După ce s-a răcit, foaia obținută se unge cu crema fierbinte. Se taie în pătrate mici.
Pentru cremă se fierbe ciocolata cu zahărul şi apa, se adaugă romul şi se amestecă.

## 537 Pesmeciori cuiburi

**¾ pahar zahăr, 150 g unt sau margarină, 2 ouă, ½ linguriță bicarbonat, 1 linguriță zeamă de lămîie (în lipsă, oțet), 1 praf vanilie, făină cît cuprinde, 1 lingură zahăr pudră vanilat, ulei.**

Se freacă ouăle cu zahărul pînă devin ca o cremă. Se adaugă praful de vanilie, untul (maragarina) puțin încălzit şi bicarbonatul dizolvat în zeama de lămîie sau oțet.
Se frămîntă un aluat cît se poate de tare şi se dă prin maşina de tocat carne. Din bețişoarele care ies din maşina de tocat, se aranjează grămăjoare mici în formă de cuib. Se aşază pe tava de copt unsă cu ulei şi se coc la foc potrivit.
Fierbinți, se presară cu zahăr pudră vanilat.

## 538 Pesmeciori

**140 g unt proaspăt, 140 g zahăr pudră, 3 gălbenuşuri, 1 albuş, 1 praf de vanilie, 2 linguri nucă pisată, 1 lingură zahăr tos, făină cît cuprinde.**

Se freacă spumă zahrăul cu untul, se adaugă pe rînd cele trei gălbenuşuri, praful de vanilie, nucile pisate şi făină cît cuprinde, se frămîntă repede, coca obținută trebuind să fie moale. Se fac turtițe cu mîna; trebuie să fie groase de 1 cm, iar în diametru să aibă 5-6 cm. Se aşază pe tavă, se unge fiecare cu albuş bătut şi se presară cu nuci amestecate cu zahăr tos. Se coc la foc potrivit

## 539 Pesmeciori pentru ceai

**125 g unt proaspăt, 125 g zahăr pudră, 100 g făină, 2 ouă, 100 g stafide mici (dacă se poate, negre), 2 linguri rom, unt şi făină pentru formă.**

Se freacă ouăle cu zahărul, se adaugă întîi untul frecat spumă, se amestecă bine, apoi făina, romul şi stafidele şi se amestecă din nou.

Se unge o tavă de copt cu unt, se presară cu făină şi se pune la îndemînă. Se ia o linguriţă, se moaie în apă şi se umple pe jumătate cu compoziţia pregătită, aşezînd-o pe tavă. Se procedează astfel, aşezînd gogoloaşele nu la mare distanţă unul de altul. Se coc la foc potrivit. Nu trebuie lăsaţi să se rumenească, iar cînd se scot din tavă, se foloseşte un cuţit.

## 540 Pesmeciori din albuş

**70 g unt topit (2 linguri de supă), 150 g zahăr pudră, 1 praf vanilie, 7 albuşuri bătute spumă, 3-4 linguri zahăr vanilat, 150 g făină, unt pentru formă.**

Se freacă spumă zahărul cu untul, se pune praful de vanilie şi făina, amestecînd bine, apoi se adaugă albuşurile spumă, amestecînd uşor. Se toarnă compoziţia într-o tavă de chec căptuşită cu hîrtie unsă cu unt şi se coace la foc potrivit. Se încearcă dacă este gata cu paiul. Se scoate din formă şi se lasă pînă a doua zi, cînd se taie felii cît se poate de subţiri (ceva mai subţiri decît un centimetru) cu un cuţit bine ascuţit. Fiecare felie se taie în 4-5 bucăţi. Cînd se termină această operaţie, se pun toate bucăţelele într-o tavă mare, care se dă la cuptor pentru ca bucăţelele să se rumenească puţin. Cînd sînt gata rumenite, se tăvălesc în zahăr pudră vanilat.

## 541 Pesmeţi cu smîntînă

**¾ pahar zahăr, 3 gălbenuşuri, 2 ouă întregi, ½ linguriţă bicarbonat, 1 pahar smîntînă, ½ pahar unt sau untură, vanilie, făină cît cuprinde.**

Se freacă zahărul cu gălbenuşurile şi ouăle întregi, se adaugă vanilia şi smîntîna, bicarbonatul şi untul, se amestecă bine. Se pune făina şi se frămîntă cu mîna o cocă mai mult moale decît tare. Se lasă să se odihnească 10-15 min, apoi se întinde cu vergeaua o foaie de aproape 1 cm. Se taie diferite forme, fie cu forme speciale, fie cu paharul, se aşază pe tavă şi se coc la foc potrivit pînă ce se rumenesc foarte uşor. Aceşti pesmeţi sînt mai fragezi după 2-3 zile.

## 542 Pesmeţi albi cu migdale (sau nuci)

**1 pahar zahăr pudră, ½ pahar unt topit şi răcit, 4 gălbenuşuri răscoapte date prin sită, 2 ouă întregi, vanilie, făină cît cuprinde, 3 linguri migdale (nuci) tăiate.**

Se freacă zahărul, untul şi cele două ouă crude întregi pînă ce se obţine o spumă. Se adaugă vanilia şi gălbenuşurile răscoapte

date prin sită, se amestecă bine, apoi se frămîntă bine cu toată făina ca să se obţină un aluat nu prea tare. Se lasă ½ oră, apoi se fac mici turtiţe care se presară cu migdale sau cu nuci tăiate în lung. Se coc la foc potrivit.

## 543 Pesmeţi cu susan I

**1 pahar ulei, 1 pahar zahăr pudră, ¾ pahar apă, 250 g susan, 1 praf de vanilie, un vîrf de cuţit bicarbonat, făină cît cuprinde.**

Se amestecă bine zahărul cu uleiul, apa, bicarbonatul, vanilia şi susanul. Se adaugă făina şi se face o cocă nu prea tare. Se frămîntă şi se întinde cu vergeaua o foaie groasă de 1 cm. Se taie forme rotunde cu un pahar de ceai, sau fîşii lungi de 6-7 cm şi late de 5-6 cm. (Se pot tăia pătrate, romburi sau alte forme, după plac). Se coc rumen la foc potrivit.

## 544 Pesmeţi cu susan II

**250 g unt, 1 ou, 4 linguri zahăr, 50 g susan, 2½ pahare făină, 1 praf vanilie.**

Se freacă untul cu zahărul, gălbenuşul şi vanilia, se adaugă făina şi se frămîntă. Apoi, din aluatul obţinut, se formează un sul care se taie în bucăţi mici. Se dă fiecărei bucăţele forma de perişoară, se unge cu albuş şi se presară cu susan. Se aşază pe tavă la distanţă mare una de alta şi se coc la foc potrivit.

## 545 Pesmeţi cu anason

**1 kg făină, 210 g zahăr, 2 pahare lapte, 1 praf de vanilie, 5 ouă, (trei gălbenuşuri, două ouă întregi), 150 g unt, 40 g drojdie, 1 linguriţă anason pisat, amestecat cu 2-3 linguri zahăr pudră, ½ linguriţă sare.**

Se amestecă drojdia cu o linguriţă de zahăr, se adaugă ½ pahar lapte călduţ şi puţină făină, astfel ca plămădeala să fie moale. Se lasă să crească. Cînd s-a ridicat de două ori mai mult decît a fost, se adaugă restul de lapte călduţ, sarea, ouăle bătute cu zahărul, vanilia şi untul topit (călduţ). Se frămîntă bine pînă ce face băşici.

Se împarte aluatul în două şi se aşază în forme de chec, se acoperă şi se lasă să crească la loc cald pînă cînd formele sînt aproape pline. Se ung cu ou bătut, se dau la cuptor şi se coc la foc potrivit. Se scot din formă, iar a doua sau a treia zi se taie cu un cuţit bine ascuţit felii de grosimea degetului. Aceste felii se aşază în rînduri, una lîngă alta, într-o tavă de copt, şi se dau la cuptor călduţ ca să se usuce. Cînd feliile sînt uscate,

se întăreşte focul şi se lasă să se rumenească. Se scot din cuptor şi fiecare felie se presară cu zahăr pudră amestecat cu anason. Aceşti pesmeţi se păstrează bine timp îndelungat.

## 546 Pesmeţi englezeşti

**2 ouă, ½ baton vanilie, 250 gh zahăr pudră, ½ pahar lapte sau smîntînă, 15 g praf amoniac, făină cît cuprinde.**

Se freacă spumă zahărul cu ouăle, se adaugă vanilia baton uscată şi pisată cu puţin zahăr, smîntînă şi amoniacul. Se amestecă bine şi se frămîntă cu făină un aluat potrivit de tare. Se adună în formă de minge, se acoperă cu un şervet şi se lasă să stea 4-5 ore. Se împarte în două şi se întinde pe rînd cîte o foaie de ½ cm grosime. Se taie cu paharul sau cu forme diferite de pesmeciori. Se aşază într-o tavă de copt călduţă (tava nu se unge). Se coc la foc potrivit. Aceşti pesmeţi se păstrează timp îndelungat.

## 547 Pesmeţi cu amoniac

**2 ouă, 1 linguriţă praf de amoniac, 1 ceşcuţă de cafea zahăr, 1 ceşcuţă de cafea ulei, 1 praf vanilie, făină cît cuprinde.**

Se freacă spumă zahărul cu gălbenuşurile, se adaugă uleiul, se amestecă, apoi se adaugă praful de amoniac şi iar se amestecă. La sfîrşit se pune praful de vanilie. Se frămîntă bine cu făină astfel ca să se obţină o cocă moale, se acoperă cu un şervet şi se lasă să stea o oră. Apoi se întinde cu vergeaua o foaie groasă de circa 1 cm şi se taie fie cu paharul, fie cu forme speciale. Se coc puţin rumen.Sînt mai buni după o zi-două.

## 548 Pesmeciori perişoare

**1 pahar unt topit, 1 pahar apă, 2 pahare făină, 8 ouă, vanilie sau puţină sare de lămîie.**

Se pune la fiert apa cu untul; la primul clocot se ia de pe foc şi se adaugă repede făina amestecînd, apoi cele 8 ouă (unul cîte unul, fără să se înceteze amestecarea) şi vanilia. Se lasă să se răcească bine şi se formează cu mîna sau cu linguriţa perişoare care se aşază în tavă la distanţă apreciabilă. Se pun la copt cam 15-20 min.

## 549 Pesmeţi cu lămîie

**200 g unt, 100 g zahăr pudră, 300 g făină, 1 praf vanilie sau puţină coajă de lămîie, zeama de la o lămîie, 1 albuş de ou, 2-3 linguri nuci pisate.**

Se freacă untul cu zahărul pînă ce se face ca o spumă, se adaugă zeama de la o lămîie, praful de vanilie, apoi făina. Se fră-

mîntă repede şi se lasă să se odihnească numai 2-3 min. Se întinde o foaie potrivit de groasă şi se taie cu paharul forme rotunde. Aceste forme se taie la mijloc cu un păhărel mic de ţuică (pentru ca să obţinem covrigei). Se aşază pe tava de copt, se unge fiecare cu albuş şi se presară cu nucă. Cînd sînt copţi, se pot unge cu marmeladă sau cu cremă de ciocolată (v. 478) şi lipi doi cîte doi.

## 550 Pişcoturi cu chimen şi nuci

**250 g făină, 2 ouă, 130 g zahăr, 1 linguriţă untură, 1 linguriţă bicarbonat, 20 nuci curăţate şi pisate, 1 linguriţă chimen, unt pentru formă.**

Se amestecă împreună ouăle cu zahărul, apoi se adaugă untura, nucile, bicarbonatul, chimenul şi la urmă făina. Se frămîntă bine. Se întind cu vergeaua două foi de 2 cm grosime. Se unge o tavă, se aşază cele două foi una lîngă alta (în formă pătrată sau dreptunghiulară) şi se coc la foc potrivit.

Se taie fierbinte beţişoare lungi şi groase de un deget.

## 551 Covrigei I

**250 g făină, 150 g unt, 200 g zahăr pudră, 2 ouă, 1 păhărel vin, 1 păhărel rom, vanilie, zahăr pudră vanilat.**

Se freacă spumă zahărul cu untul adăugînd ouăle, unul cîte unul, apoi vanilia, vinul şi romul. Se frămîntă cu făina un aluat potrivit de moale din care se formează covrigei şi se aşază într-o tavă de copt. Se coc la foc potrivit şi se presară cu zahăr pudră vanilat, cît sînt fierbinţi.

## 552 Covrigei II

**350 g făină, 350 g unt, 3 linguri zahăr, 4 gălbenuşuri fierte şi date prin sită, 1 ou întreg crud, vanilie sau coajă de lămîie.**

Se freacă spumă untul cu zahărul, se adaugă gălbenuşurile date prin sită, oul întreg, vanilia şi se frămîntă bine cu făina. Se lasă o oră-două la rece, apoi din acest aluat se formează covrigei, se aşază într-o tavă de copt şi se coc la foc potrivit. Cînd s-au rumenit pe margini sînt gata, la mijloc trebuie să rămînă albi. Se scot repede din tavă cît sînt încă fierbinţi.

## 553 Covrigei cu susan

**150 g unt, 1 ou, 300 g făină, 1 praf de copt, 70 g zahăr pudră 2 linguri lapte, 1 praf sare, vanilie, 2 linguri susan.**

Se freacă bine zahărul cu untul şi cu gălbenuşul, se adaugă laptele, sarea, praful de copt şi vanilia şi se amestecă bine. Se

adaugă apoi făina, se frămîntă şi se lasă la rece timp de 20-30 min. Se formează din acest aluat covrigei, se moaie în albuş, apoi în susan, se aşază pe o tavă de copt şi se coc la foc potrivit.

## 554 Limbi de pisică

**250 g zahăr pudră, 250 g făină, 180 g unt, 7 albuşuri, vanilie (praf), grăsime pentru formă.**

Se topeşte untul şi cît este călduț se freacă cu zahărul. Cînd se face ca o cremă, se pun făina şi vanilia, se amestecă bine, apoi se adaugă spuma de albuşuri şi se amestecă uşor. Din această compoziție se ia cu lingura şi se întind pe tava de copt unsă, bețişoare egale, lunguiețe. Se coc la foc iute şi se lasă să se rumenească puțin. Cîn sînt rumenite pe margini sînt gata. Se scot repede din tavă cît sînt încă fierbinți, altfel se rup.

## 555 Pătrățele

**2 pahare făină, 1½ pahar smîntînă, 1 pahar zahăr, 6 ouă, vanilie, grăsime pentru formă, zahăr pudră vanilat.**

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul pînă se albesc. Se adaugă vanilia, uscată şi pisată cu un pic de zahăr, smîntîna, şi se amestecă bine, adăugînd făina puțin cîte puțin. La urmă se pun albuşurile bătute spumă şi se amestecă încet. Se toarnă compoziția într-o tavă unsă şi se dă la cuptor, la foc mic, 25-30 min. Cînd este gata se răstoarnă pe un fund de lemn aşternut cu un şervet, se presară cît este fierbinte cu zahăr pudră vanilat, şi cînd este complet rece, se taie pătrate mici şi se aşază pe farfurie.

## 556 Uscățele (sahele)

**3 ouă, 2 linguri zahăr, 1 lingură spirt rafinat (sau 2 linguri vodcă, rom sau rachiu), 1 praf de sare, 5 linguri ulei, vanilie sau coajă de lămîie rasă, făină cît cuprinde.**

Se bat albuşurile spumă, adăugînd cîte puțin zahăr. Se adaugă gălbenuşurile unul cîte unul, amestecînd mereu, apoi cîte o lingură de ulei, fără să înceteze amestecatul, pînă la adăugarea ultimei linguri de ulei. Se pune sarea, spirtul, vanilia sau coaja de lămîie, făina, şi se frămîntă cu lingura o cocă moale. Pe planşeta de aluat, presărată cu făină, se pune aluatul şi se face din el un sul gros de 4-5 degete. Din acest sul se taie bucăți de grosimea unui deget, se turtesc dîndu-le formă lunguiață. Fiecare bucățică se unge cu ulei, se presară cu zahăr tos şi se aşază în tava de copt. Se coc la foc iute.

## 557 Uscățele

**100 g zahăr pudră, 200 g unt, 300 g făină, 24 boabe de vişine din dulceață, vanilie.**

Se freacă spumă untul cu zahărul şi vanilia. Se amestecă bine cu făină. Se face un sul,se taie în 24 de bucăți egale şi se formează perişoare. La mijlocul lor se face o adîncitură în care se pune cîte un bob de fasole.

Se aşază în tava presărată cu făină, la distanță de 4-5 cm unele de altele, şi se coc la foc potrivit. După ce sînt reci, se scoate bobul; de fasole din fiecare pesmecior şi în locul lui se aşază cîte un bob de vişină.

## 558 Covrigei cu smîntînă

**1 pahar unt proaspăt, 1 pahar smîntînă, 3 ouă, 1 praf de vanilie, făină cît cuprinde, 2-3 linguri zahăr tos.**

Se amestecă totul bine cu cuțitul şi se pune la rece (gheață) timp de 2-3 ore. După aceea se mai amestecă o dată tot cu cuțitul şi se întinde apoi o foaie groasă de 1 cm. Se taie forme rotunde cu un pahar mai mare şi cu unul mai mic în interiorul rotundului obținut. Se ung cu puțin albuş, se presară cu zahăr şi se coc la foc potrivit.

## 559 Chec englezesc

**400 g unt proaspăt, 1 pahar smîntînă, 6 ouă, 1 linguriță amoniac praf, 200 g nuci tăiate, 200 g stafide albe, 100 g migdale pisate, 1 pahar făină, ½ pahar fructe din dulceață (tăiate), 400 g zahăr pudră, zeama de la ½ lămîie, vanilie, grăsime şi făină pentru formă.**

Se freacă spumă zahărul cu untul, adăugînd treptat gălbenuşurile, apoi smîntîna şi amoniacul; se amestecă bine, apoi se adaugă nucile, migdalele, stafidele, fructele, vanilia şi zeama de lămîie, la urmă făina şi albuşurile bătute spumă (cînd se adaugă albuşurile se amestecă încet). Compoziția se toarnă în forma specială de chec unsă şi presărată cu făină. Se coace 40-45 min, la foc potrivit. Se încearcă cu paiul şi se taie numai cînd este rece.

## 560 Chec rusesc

**400 g unt, 400 g zahăr, 8 ouă, 300 g făină, 150 g smochine tăiate, 150 g nuci tăiate, 150 g diferite fructe din dulceață, coaja de la ½ portocală tăiată mărunt, coaja de la ½ lămîie rasă, vanilie, unt şi făină pentru formă.**

Se freacă spumă zahărul cu untul, se pun treptat, unul cîte unul, cele 8 gălbenuşuri, apoi nucile, smochinele, fructele,

vanilia, coaja de portocală şi lămîie. Se adaugă făina, se amestecă bine, apoi se adaugă albuşurile spumă. Se toarnă compoziția în forma de chec unsă cu unt şi presărată cu făină.



Trebuie să se observe ca forma să nu fie prea plină. Se coace la foc potrivit, se încearcă cu paiul (forma trebuie să fie mişcată foarte încet).

## 561 Chec cu făină de cartofi şi migdale amare

**250 g unt, 250 g zahăr pudră, 5 ouă, 250 g făină de cartofi, 100 g migdale amare, opărite, curățate şi pisate fin, 1 praf vanilie, unt şi făină pentru formă.**

Se freacă spumă zahărul şi untul, apoi se adaugă, unul cîte unul, gălbenuşurile, vanilia şi migdalele, amestecînd bine. După aceasta se pune făina puțin cîte puțin (în ploaie), fără să se înceteze amestecatul, iar la sfîrşit albuşurile bătute spumă. Se coace într-o formă de chec, unsă şi presărată cu făină, la foc potrivit. Se încearcă cu paiul. Se taie rece în felii subțiri.

## 562 Chec economic

**125 g unt proaspăt, 5 ouă, 250 g zahăr, 250 g făină, vanilie sau coajă de lămîie, 1 praf de copt, unt şi făină pentru formă.**

Se freacă zahărul cu untul şi 4 gălbenuşuri care se pun unul cîte unul, se adaugă un ou întreg, vanilia şi praful de copt. După ce se amestecă bine, se pune făina, presărînd-o puțin cîte puțin, iar la urmă se adaugă 4 albuşuri bătute spumă, amestecînd uşor. Se toarnă în forma de chec unsă cu unt şi presărată cu făină. Se coace la foc potrivit cam ½ oră. Se încearcă cu paiul.

## 563 Chec brun

**Aceleaşi cantități ca la chec economic, în plus 4 batoane ciocolată.**

Pentru preparare v. rețeta 562. Se adaugă, înainte de a pune făina, patru batoane de ciocolată topită în două linguri de lapte fierbinte.

## 564 Chec cu cacao

**200 g unt, 30 g zahăr pudră, 400 g făină, 5 ouă, 1 praf vanilie, 1 lingură cacao, unt şi făină pentru formă.**

Se freacă bine zahărul cu untul şi vanilia, se adaugă unul cîte unul gălbenuşurile. Se amestecă cu făina şi la urmă cu

albuşurile spumă. Se iau 4-5 linguri din această compoziție, se pun separat într-un castron şi se amestecă bine cu o lingură de cacao. În forma de chec unsă cu unt şi presărată cu făină se pune jumătate din compoziția fără cacao, peste ea se întinde în lung compoziția cu cacao (astfel ca să se obțină o dungă pe mijlocul formei, de la un cap la altul). Apoi se toarnă restul din compoziția fără cacao. Se coace la început la foc mic, apoi ceva mai mare. Se scoate pe un fund de lemn şi se acoperă cu un şervet.

## 565 Chec din albuşuri

**7-8 albuşuri, 300 g zahăr, 150 g unt sau margarină, 150 g făină, coaja de la o lămîie, 100 g nuci tăiate subțire în lung, unt şi făină pentru formă.**

Se bat spumă albuşurile cu zahărul. Se adaugă treptat, bătînd mereu, untul (margarina) topit şi călduț, apoi coaja de lămîie şi făina. Pe fundul unei forme de chec unsă cu unt şi pudrată cu făină se presară jumătate din nuci, apoi se toarnă compoziția, iar pe deasupra se presară restul de nuci. Se coace la început la foc slab, apoi mai tare.

## 566 Chec de primăvară

**Aceleaşi cantități ca la chec economic.**

Se procedează la fel ca la checul economic (v. 562).
Înainte de a adăuga făina se pune o ceşcuță de lapte rece, un păhărel de rom, coaja rasă de la o lămîie. Apoi se adaugă făina şi albuşurile spumă. Se împarte compoziția în două părți. Prima parte (ceva mai mult de jumătate) se toarnă în forma de chec.
În a doua parte se pune o culoare roşie dau verde (culori alimentare), se amestecă bine şi se toarnă încet pe la mijlocul compoziției turnate (necolorată) în formă şi pe lături. Se introduce în cuptor foarte încet.

## 567 Chec alb

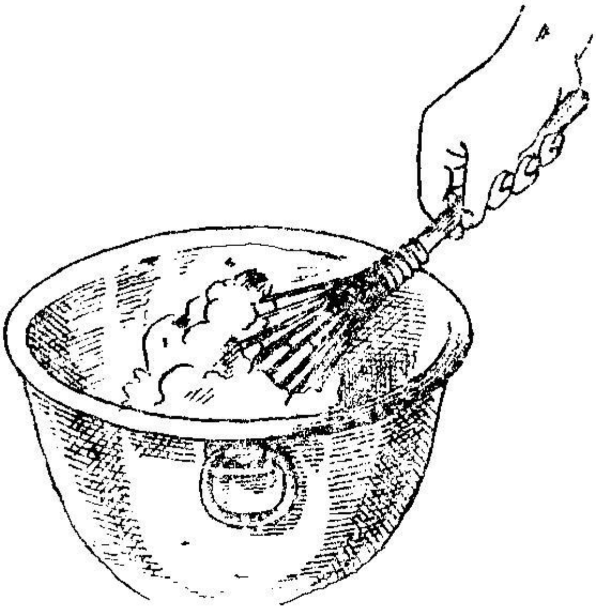
**12 albuşuri, 2 pahare zahăr, 1 lămîie (zeama şi coaja rasă), 2 pahare făină, 10-12 nuci curățate şi tăiate, 5-6 bucăți rahat colorat tăiat cuburi, 1 lingură stafide, unt pentru formă.**

Se bat albuşurile spumă, se adaugă zahărul puțin cîte puțin, amestecîndu-se bine. Cînd nu se mai simt bobițe de zahăr, se adaugă zeama şi coaja de la o lămîie, făina (se pune cîte puțin), iar la urmă nucile, rahatul şi stafidele. Se

unge şi se capitonează cu hîrtie (unsă şi ea) o formă de chec, se pune compoziţia şi se coace la foc potrivit, încercîndu-se cu paiul.

## 568 Chec alb cu ulei

**2 ouă, 375 g făină, 1 pahar zahăr, 1 pahar ulei (sau margarină topită), ¾ pahar lapte, un vîrf de cuţit bicarbonat, 150 g nuci tăiate în lung, 150 g rahat (colorat) tăiat fîşii lunguieţe, 50 g stafide, unt pentru formă.**



Se bat ouăle cu zahărul, se adaugă laptele apoi uleiul şi se amestecă bine. Se pune bicarbonatul şi la urmă făina puţin cîte puţin. Nucile, rahatul şi stafidele se tăvălesc prin făină, se scutură şi se pun în compoziţia de mai sus. Se unge o formă de chec, se capitonează cu hîrtie şi se toarnă compoziţia încet, se coace la început la foc mic, apoi puţin mai tare. Se încearcă, dacă este gata, cu paiul. Este mai bună după ce stă 2-3 zile.

## 569 Chec cu vişine

**2 pahare vişine fără sîmburi şi scurse de zeamă, 1 pahar zahăr, 4 ouă, 3 linguri ulei, 1½ pahar făină, 1 praf de vanilie.**

Se freacă ouăle cu zahărul cam jumătate de oră, se pun uleiul şi vanilia şi se amestecă bine, apoi se adaugă făina. Se pune în forma de chec o treime din această compoziţie, se presară pe deasupra un pahar de vişine, se acoperă apoi cu a doua treime din compoziţie, se presară din nou al doilea pahar de vişine şi peste ele se toarnă ultima treime din compoziţie. Se coace la foc potrivit.

## 570 Mazurcă I

**8 ouă, 400 g zahăr pudră, 400 g făină, 2 pahare, nuci tăiate, 1 pahar stafide, unt.**

Se freacă zahărul cu gălbenuşurile care se pun pe rînd, unul cîte unul, se adaugă făina, nucile şi stafidele şi la urmă albuşurile spumă. Se amestecă uşor şi se toarnă totul într-o tavă dreptunghiulară, aşternută cu hîrtie unsă cu unt. Se coace la

foc potrivit. Cînd este gata se răstoarnă pe un fund de lemn, se acoperă cu un şervețel şi se lasă să se răcească. După aceea se taie bucăți pătrate sau rombice de mărimea dorită.

## 571 Mazurcă II

**10 ouă, 1 pahar zahăr, 1 pahar făină, 1 pahar stafide albe, 1 pahar stafide negre, 1 pahar smochine tăiate mărunt, coaja de la o portocală tăiată foarte fin, 1 praf de vanilie, 1 pahar migdale tăiate, unt.**

Se freacă zahărul cu gălbenuşurile, se adaugă făina amestecîndu-se bine, apoi fructele şi migdalele tăiate, vanilia şi coaja de portocală; la urmă se adaugă albuşurile bătute spumă, se amestecă uşor şi se toarnă totul într-o tavă dreptunghiulară, unsă cu unt şi căptuşită cu hîrtie. Se coace la foc nu prea iute. Cînd se răceşte, se taie după plac.

## 572 Mazurcă cu migdale

**400 g unt proaspăt, 200 g zahăr pudră, 6 ouă, ½ pahar migdale pisate, 200 g făină, 1 praf vanilie, unt pentru formă.**

Se freacă untul cu zahărul şi se adaugă gălbenuşurile unul cîte unul. Se freacă foarte bine pentru ca să se obțină o cremă. În această cremă se pun migdalele şi vanilia, se amestecă, apoi se adaugă făina, iar la urmă albuşurile bătute spumă. Se coace într-o tavă unsă şi căptuşită cu hîrtie, la foc potrivit. Cînd este gata, se taie după plac.

## 573 Mazurcă dospită în apă

**13 gălbenuşuri, ½ pahar unt topit (cald), ½ pahar lapte călduț, 1 pahar zahăr pudră, 25 g drojdie de bere, 1 vîrf cuțit sare, 1 praf de vanilie, făină cît cuprinde.**

Se freacă drojdia cu o linguriță de zahăr, se toarnă laptele călduț şi puțină făină, astfel încît să se obțină o plămădeală, care se lasă să crească puțin. Se adaugă apoi gălbenuşurile frecate cu zahărul şi cu untul călduț, sarea şi vanilia. Se frămîntă cu făină la fel ca pentru cozonac.

Această cocă se pune într-un şervet sau într-un săculeț de pînză, se leagă strîns lăsînd însă loc să crească coca şi se scufundă într-o cratiță mare sau într-o găleată cu apă rece. Se lasă astfel de dimineață pînă seara (sau se pregăteşte aluatul de cu seară şi se lasă în apă pînă dimineața). Cînd coca este suficient de crescută, se ridică la suprafața apei; se scoate din şervet, se pune pe planşetă şi se fac covrigei, opturi mici

sau melcişori. Se pun pe tava de copt, se lasă ½ oră la loc călduţ, se ung cu ou (se pot presăra cu nuci pisate sau migdale opărite şi curăţate). Se coc la foc potrivit.

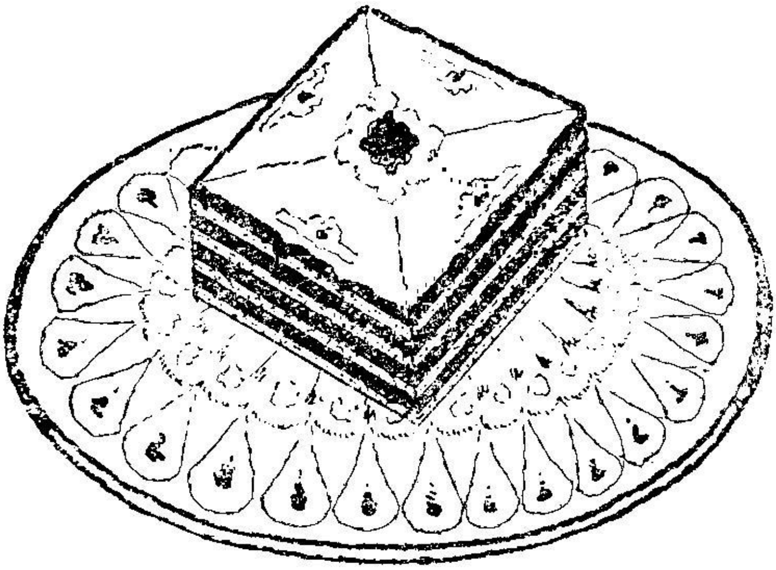
## 574 Mazurcă salam

**400 g miere de albine, 400 g ciocolată rasă, 1½ pahar nuci curăţate, cacao.**

Se pune mierea la fiert împreună cu ciocolata rasă; cînd începe să fiarbă se pun nucile, amestecînd fără întrerupere şi lăsînd să fiarbă mai puţin de 5 min. Se dă jos de pe foc şi se lasă să se răcească puţin. Cînd se poate ţine mîna fără să frigă, se pune compoziţia pe planşetă pe care s-a întins praf de cacao. Se face cu mîna un sul (cîrnat) gros, se tăvăleşte bine în praful de cacao şi se lasă să se răcească . Cînd este rece, se taie cu un cuţit subţire şi bine ascuţit, rotocoale. Se aşază pe farfurie.

## 575 Mazurcă în formă de romb

**200 g unt, 200 g zahăr pudră, 3 ouă, 1 pahar făină, cîteva cuişoare pisate, 1 linguriţă scorţişoară pisată, zahăr vanilat, 1 lămîie (coaja rasă şi zeama), 2 kg mere coapte şi date prin sită (strivite), 2 linguri zahăr.**



Se freacă zahărul cu untul şi se adaugă ouăle unul cîte unul. Apoi se pune făina puţin cîte puţin (în ploaie), zeama şi coaja de lămîie, scorţişoara şi cuişoarele pisate. Se taie mai înainte din hîrtie opt romburi cu latura de 10 cm. Aceste romburi se ung cu unt, se aşază într-o tavă mare şi peste ele se toarnă din compoziţia pregătită un strat gros de 1 cm. Cînd romburile sînt coapte, se unge fiecare cu pasta de mere în care am pus două linguri de zahăr şi un praf de scorţişoară, şi se aşază unul peste altul. Deasupra se presară cu zahăr pudră vanilat.

## 576 Mazurcă delicioasă

**400 g zahăr pudră, 400 g unt proaspăt, 2 pahare migdale opărite, curățate și pisate foarte mărunt, 1½ pahar făină, 12 ouă, vanilie, unt pentru formă.**

Se freacă untul ca o spumă, se pun migdalele şi din nou se freacă bine. Se adaugă făina, apoi gălbenuşurile, unul cîte unul, vanilia şi zahărul puțin cîte puțin; se amestecă foarte bine. La sfîrşit se adaugă treptat albuşurile spumă amestecînd uşor. Se pune compoziția într-o tavă de copt, aşternută cu hîrtie unsă cu unt, şi se coace la foc potrivit. Cînd se răceşte, se taie în pătrate potrivit de mari.

## 577 Mazurcă cu ciocolată

**200 g zahăr, 8 gălbenuşuri, 2 albuşuri spumă, 4 linguri migdale mărunt pisate, 4 linguri ciocolată rasă, 5 linguri făină, unt.**

Se freacă zahărul şi gălbenuşurile bine, se pun migdalele şi ciocolata şi se amestecă; apoi se adaugă treptate făina (puțin cîte puțin) şi la urmă cele două albuşuri spumă. Se amestecă uşor. Se coace la foc moale într-o tavă capitonată cu hîrtie unsă. Cînd se răceşte se taie pătrate.

## 578 Mazurcă cu ciocolată şi frişcă

**200 g zahăr, 8 gălbenuşuri, 2 albuşuri spumă, 4 linguri migdale pisate, 4 linguri ciocolată rasă, 5 linguri făină fină, 400 g frişcă, unt pentru formă.**

Se prepară în acelaşi mod ca mazurca cu ciocolată (v. 577). Cînd este gata coaptă, se răstoarnă dreptunghiul şi se taie în două pe la mijloc (ca la tort). Se unge o foaie cu un strat de frişcă gros de două degete peste care se aşază cealaltă foaie. Se taie pătrate sau romburi.

## 579 Prăjitură cu marmeladă de caise

**4 gălbenuşuri, 1 pahar zahăr, 1 pahar smîntînă, 1 pahar unt topit (călduț), ½ linguriță bicarbonat, 1 praf vanilie, făină cît cuprinde, marmeladă, zahăr pudră vanilat.**

Se freacă puțin gălbenuşurile cu zahărul şi se adaugă smîntîna, vanilia şi bicarbonatul, apoi untul topit, care trebuie să fie călduț, şi se amestecă. Se pune făina şi se frămîntă o cocă nu prea tare. Se împarte în trei părți egale din care se întind cu vergeaua trei foi de mărimea tăvii de copt. Se aşază o foaie în tavă, se unge cu un strat de marmeladă, se acoperă cu altă foaie, se unge şi aceasta şi se pune ultima foaie. Se coace la început la foc moale, apoi mai tare. După ce s-a răcit, se

taie dreptunghiuri lunguiețe şi se presară cu zahăr pudră vanilat.
Această prăjitură este mai bună (mai fragedă) după o zi sau două.

## 580 Prăjitură cu nuci şi marmeladă

**1 pahar smîntînă, 1 pahar untură sau unt, 1 pahar zahăr pudră, 4 gălbenuşuri, ½ linguriță bicarbonat, 1 praf vanilie, făină cît cuprinde, 50 nuci curățate şi pisate, 6 albuşuri bătute spumă, 1 pahar zahăr, marmeladă.**

Se freacă zahărul (1 pahar) cu untul sau cu untura şi patru gălbenuşuri, se adaugă smîntîna, bicarbonatul şi vanilia, se amestecă bine şi se frămîntă cu făină o cocă potrivit de moale. Se întinde cu vergeaua o foaie de mărimea tăvii de copt, se pune în tavă şi se unge cu marmeladă.
Se bat spumă 6 albuşuri în care se adaugă treptat un pahar de zahăr, apoi nucile pisate (se amestecă uşor după ce au fost puse nucile). Această compoziție se aşază peste stratul de marmeladă, se netezeşte uniform şi se coace la foc potrivit la început şi spre sfîrşit mai tare. Cînd este gata, se taie în bucăți pătrate sau dreptunghiulare.

## 581 Prăjitură delicioasă cu nuci

**500 g zahăr pudră, 500 g nuci date prin maşină, 250 g unt proaspăt, 5 ouă, 1 linguriță praf de copt, coaja rasă de la o lămîie, unt pentru formă.**

Se freacă untul cu zahărul şi gălbenuşurile adăugate unul cîte unul, pînă cînd se face spumă. Se adaugă coaja de lămîie, praful de copt şi nucile, amestecînd bine. Apoi se adaugă şi cele cinci albuşuri bătute spumă.
Se căptuşeşte tava cu hîrtie unsă cu unt, se toarnă repede toată compoziția şi se coace la foc potrivit timp de 20-25 min. Se taie cît este fierbinte (în tavă), bucăți mici, pătrate s au dreptunghiulare.

## 582 Prăjitură cu ciocolată

**6 ouă, 140 g zahăr, 140 g rom, 180 g ciocolată topită, 140 g unt proaspăt, 2 linguri cu vîrf de pesmet fin, unt pentru formă.**

Se freacă untul, zahărul şi gălbenuşurile adăugate unul cîte unul, pînă se obține o cremă; se toarnă romul şi ciocolata topită (trebuie să fie călduță), apoi se adaugă pesmetul şi se amestecă bine; la sfîrşit se pun încet cele 6 albuşuri spumă. Se unge o tavă cu unt, se pune compoziția şi se coace la foc

potrivit. Cînd s-a răcit, se taie în trei părți egale de-a lungul tăvii. Cele trei fîşii se ung cu frişcă sau cu o cremă după gust (v. p. 171), se aşază una peste alta şi se taie bucăți dreptunghiulare.

## 583 Prăjitură cu nuci şi ciocolată

**500 g unt, 500 g zahăr pudră, 100 nuci curățate şi date prin maşină, zeama de la o lămîie şi puțină coajă rasă, 1 ou, 3 batoane ciocolată sau 50 g cacao, unt şi pesmet pentru formă.**

Se freacă untul cu zahărul şi gălbenuşul spumă, se adaugă zeama de lămîie, coaja de lămîie, ciocolata, care poate fi rasă sau topită cu o linguriță de apă fierbinte. La sfîrşit se adaugă albuşul bătut spumă şi nucile, amestecîndu-se uşor. Tava de copt trebuie să fie bine unsă cu unt şi presărată cu pesmet fin. Se coace la foc potrivit 20-25 min. Îndată ce se scoate din cuptor, ținînd tava pe marginea maşinii, se taie bucățele pătrate, dreptunghiulare sau rombice.

## 584 Prăjitură cu amoniac

**1 linguriță amoniac praf, 7 gălbenuşuri, ¾ pahar zahăr pudră, ½ pahar unt topit, făină cît cuprinde, cîteva nuci sau migdale tăiate lunguieț.**

Se freacă zahărul cu untul, adăugînd treptat cîte un gălbenuş. Se pune amoniacul pisat şi se mai freacă pînă cînd compoziția se albeşte. Se pune făina şi se frămîntă repede ca să se obțină o cocă moale. Se întinde o foaie de grosimea unui deget şi se pune în tavă. Se unge foaia pe deasupra cu puțin ou şi se presară cu nucă sau cu migdale tăiate. Se coace la început la foc mic, apoi mai mare. Se taie forme dorite după ce s-a răcit complet.

## 585 Prăjitură cu mere sferturi

**12 mere potrivit de mari, curățate şi tăiate în sferturi, 1½ pahar smîntînă-cremă, 5 linguri zahăr, 6 ouă, 3 linguri cu vîrf de făină, 1 praf vanilie, zahăr pudră vanilat, unt şi făină pentru formă.**

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul şi vanilia, se adaugă smîntîna şi apoi treptat, în ploaie, făina şi se amestecă bine. La sfîrşit se pun albuşurile bătute spumă şi sferturile de mere; se amestecă uşor.

Se unge o tavă cu unt, se pudrează bine cu făină şi se toarnă

compoziţia în tavă. Se ţine în cuptor, la foc potrivit, pînă se rumeneşte. Se serveşte călduţă şi presărată cu zahăr pudră vanilat.

## 586 Prăjitură cu mere întregi

**Aceleaşi cantităţi ca la prăjitura cu mere sferturi.**

Modul de preparare este acelaşi ca la reţeta 585 însă merele nu se taie în patru. Se curăţă întregi de coajă, se scobesc la mijloc, se scot sîmburii, iar în locul lor se pun boabe de dulceaţă de vişine. Se aşază merele astfel pregătite în tavă, iar peste ele se toarnă compoziţia; se dă la cuptor şi se serveşte prăjitura călduţă.

## 587 Prăjitură cu mere rase

**6 mere potrivit de mari, rase pe răzătoarea de zarzavat, 6 ouă, 6 linguri zahăr, 3 linguri pesmet, 2 linguri făină, 1 păhărel rom, sirop din 2-3 linguri zahăr şi puţin rom, unt şi pesmet pentru formă.**

Se freacă spumă gălbenuşurile cu zahărul, se pune puţin cîte puţin făina, apoi romul şi pesmetul. După ce se amestecă totul bine, se adaugă merele curăţate de coajă şi rase pe răzătoarea de zarzavat, se mai amestecă şi apoi se pune spuma de la cele şase albuşuri. Se toarnă compoziţia într-o formă unsă şi presărată cu pesmet şi se coace la foc potrivit. Cînd este gata, se pune pe o farfurie şi se siropează cît este încă fierbinte.

## 588 Prăjitură cu vişine

**200 g zahăr pudră, 200 g unt proaspăt, 2 ouă, 2-3 linguri smîntînă-cremă, ½ linguriţă bicarbonat, vanilie, 2 kg vişine, făină cît cuprinde, zahăr pudră vanilat.**

După ce se freacă zahărul cu ouăle şi vanilia, se adaugă smîntîna şi untul, amestecînd bine, apoi bicarbonatul. Se frâmîntă cu făina totul, astfel ca să se obţină o cocă potrivit de tare, se întinde o foaie groasă cam de un deget şi se pune într-o tavă de copt. Se dă la cuptor şi se lasă pînă se albeşte coca. Se scoate încet tava la gura cuptorului şi se aşază repede vişinile curăţate de sîmburi şi stoarse bine de zeamă. Se lasă să se coacă. Se taie prăjitura în tavă, cît este fierbinte, în bucăţi pătrate, nu prea mari. Se aşază bucăţile pe farfurie şi se presară cu zahăr pudră. După ce s-au răcit, se mai presară puţin zahăr vanilat. În loc de vişine se pot pune căpşuni sau caise.

## 589 Prăjitură cu prune

**2 linguri smîntînă, 300 g făină, 150 g unt sau margarină, 400 g zahăr pudră, 5 gălbenuşuri, 2 albuşuri, 1 kg prune curăţate de sîmburi şi coajă, 1 praf de scorţişoară pisată, grăsime pentru formă.**

Se curăţă 1 kg de prune de sîmburi şi pieliţe, se presară cu puţin zahăr şi scorţişoară pisată şi se lasă să stea aşa. Se face un aluat din 300 g zahăr, 150 g unt, 3 gălbenuşuri şi 300 g făină. Se frămîntă bine, se întinde o foaie de grosimea unui deget. Se pune această foaie în tava unsă şi se aşază peste cocă prunele bine stoarse. Deasupra prunelor se toarnă următoarea compoziţie: două linguri smîntînă amestecată cu două gălbenşuri, 100 g zahăr şi spuma de la două albuşuri. Se coace la foc potrivit. Se serveşte tăiată în bucăţi pătrate sau dreptunghiulare.

## 590 Prăjitură cu zmeură

**250 g brînză de vacă, 2 gălbenuşuri răscoapte, 3 gălbenuşuri crude, 50 g unt, 1 praf de sare, zahăr (după gust), 500 g zmeură, grăsime pentru formă.**

Se trece prin sită brînza de vacă, se amestecă cu cele două gălbenuşuri răscoapte, trecute de asemenea prin sită, şi cu 3 gălbenuşuri crude. Se adaugă 50 g unt, 1 praf de sare şi zahăr (cît se doreşte de dulce). Se freacă bine totul, ca să se obţină o cremă, se adaugă apoi albuşurile spumă de la 3 ouă. Se unge o tavă de copt şi se aşterne în strat uniform compoziţia pregătită. Deasupra se presară zmeură. Se coace la foc potrivit. Se taie după gust.

## 590 Prăjitură cu fructe I

**375 g zahăr pudră, 375 g unt proaspăt, 2 pahare făină fină, 5 ouă, 1 praf vanilie, 750 g fructe de sezon, unt pentru formă, zahăr pudră.**

Se freacă untul cu zahărul pînă se face cremă, se adaugă întîi gălbenuşurile unul cîte unul, frecînd mereu, apoi vanilia, făina şi la sfîrşit albuşurile bătute spumă. Se unge o tavă mai adîncă cu unt şi se umple cu mai puţin de jumătate din compoziţia preparată. Se pune la foc potrivit. Cînd este aproape gata, se scoate uşor tava la gura cuptorului şi se aşterne repede un strat de fructe (zmeură sau căpşuni, vişine sau caise, după sezon). Peste fructe se toarnă restul compoziţiei şi din nou se pune la copt. Cînd este gata, se răstoarnă pe un platou de lemn, se acoperă cu un şervet şi se lasă să se răcească. Se taie în bucăţi dreptunghiulare sau pătrate, nu prea mari. Se presară cu zahăr pudră.

## 592 Coşuleţ cu fructe

**259 g unt, 500 g făină, 4 linguri apă rece puţin îndulcită, puţină sare, 500 g frişcă, zahăr, rom.**
**Crema: 8 gălbenuşuri, 2 pahare lapte, 8 linguri zahăr, vanilie, 3 linguriţe făină de cartofi, 100 g unt.**
**Fructe după sezon: 1 kg căpşuni sau fragi, vişine, caise, struguri.**

Se amestecă bine împreună apa, făina şi sarea; se întinde o foaie de grosimea creionului, şi peste ea untul în strat uniform; se împătureşte în formă de plic şi se pune la rece pentru 20-30 min. Se repetă operaţia de întindere şi împăturire a foii de trei ori, de fiecare dată lăsînd să stea 20-30 min la rece.

Se întinde o foaie rotundă cu care se îmbracă o formă de tort, trecînd marginea foii peste marginea formei. Se coace la foc potrivit pînă ce capătă culoare gălbuie. Se scoate din cuptor şi cu un cuţit foarte ascuţit se taie marginea aluatului ce trece peste buza cercului, se scoate uşor cercul, se trage fundul formei şi se aşază coşuleţul obţinut pe o farfurie.

Pentru cremă, se fierbe laptele cu vanilia şi zahărul. După ce dă un clocot, se acoperă şi se trage la marginea maşinii.

Se freacă într-un castron gălbenuşurile, adăugînd puţin cîte puţin din lapte şi amestecînd mereu pînă se pune tot laptele, apoi se adaugă făina de cartofi, care mai întîi a fost amestecată într-un castron cu puţin din compoziţia de gălbenuşuri şi lapte. Se toarnă totul într-o cratiţă aşezată într-un vas cu apă clocotită, pus la foc, şi se amestecă neîncetat pînă se face ca o pastă moale. Se ia cratiţa de pe foc, se adaugă untul, se amestecă bine şi se dă la rece.

Cu 15-20 min înainte de a se servi se întinde crema pe fundul coşuleţului, iar peste ea se pun fructele spălate şi scurse (se ţin o oră în strecurătoare), presărate cu zahăr şi stropite cu rom.

Peste fructe se aşază frişca garnisită pe deasupra cu cîteva fructe.

Coşuleţul se poate prepara cu o zi două mai înainte, iar umplutura se pune înainte de a fi servit.

–

## 593 Prăjitură cu diferite fructe

**400 g făină, 400 g zahăr, 400 g unt proaspăt, 4 ouă, fructe diferite.**

Se freacă spumă zahărul cu untul, adăugînd treptat cîte un ou, apoi făina şi se amestecă bine. Se pune la copt într-o

formă rotundă de tort, la foc potrivit. Cînd conținutul din formă se albeşte şi se ridică puțin, se trage încet la gura cuptorului şi se aşază pe întreaga suprafață a prăjiturii fructe (să nu fie verzi) diferite, chiar şi struguri cu sîmburii scoşi (iarna se pot înlocui cu fructe din dulceață). Se pune din nou la copt. Cînd este gata, se pune pe farfurie şi se taie la fel ca tortul.

## 594 Prăjitură cu fructe II

**Compoziția I: 300 g făină, 100 g zahăr pudră, 100 g unt, coaja de la lămîie, 2 ouă.**
**Compoziția II: 3 ouă, 3 linguri zahăr, 3 linguri făină, 3 linguri smîntînă. Fructe presărate cu zahăr.**

Se freacă zahărul cu untul, coaja de lămîie şi ouăle, apoi se adaugă făina. Aluatul obținut se lasă la rece o oră. Se întinde apoi o foaie de grosimea unui deget, se aşază în forma (tava) de copt şi se înțeapă din loc în loc cu furculița. Deasupra se aşterne un strat de fructe curățate de sîmburi şi presărate cu zahăr (2-3 linguri). Peste aceste fructe se toarnă următoarea compoziție, care se prepară pe marginea maşinii: se amestecă 3 ouă cu 3 linguri de zahăr pisat, 3 linguri făină şi 3 linguri smîntînă. Cînd această compoziție începe să se îngroaşe, se toarnă peste stratul de fructe. Se coace la foc potrivit, iar cînd este gata, se taie pătrățele.

## 595 Prăjitură cu griş

**3 ouă, 3 linguri zahăr pudră, 1 pahar de griş, vanilie, sirop din 2 linguri zahăr cu 0,5 l lapte, 1 praf de sare, vanilie, grăsime pentru formă.**

Se amestecă gălbenuşurile cu zahărul şi vanilia, se adaugă grişul, apoi albuşurile spumă. Se toarnă într-o tavă unsă şi se pune la copt. În acest timp se prepară siropul. Se pune la fiert laptele cu zahărul, vanilia şi puțină sare. Cînd prăjitura este coaptă, se toarnă peste ea acest sirop fierbinte. Se lasă cîteva minute să intre siropul în prăjitură, apoi se taie bucăți şi se pune pe farfurie. Se poate servi simplă, cu frişcă sau cu un sirop de fructe.

## 596 Prăjitură Viscol

**½ pahar unt topit, 1 pahar apă, 1 pahar făină, 5 ouă, grăsime pentru formă, zahăr tos.**

Se fierb untul cu apa. Se trage la marginea maşinii de gătit, se adaugă făină puțin cîte puțin şi se amestecă mereu ca

să nu se facă cocoloaşe. Se fierbe ca o mămăligă, apoi se dă la o parte să se răcorească. Cînd este numai puțin călduță, se adaugă ouăle unul cîte unul, amestecînd bine. Se unge o tavă şi se toarnă compoziția ca să fie de grosimea unui chibrit, se presară cu puțin zahăr şi se pune la cuptor. Cînd este gata, se taie bucăți (după plac).

## 597 Figaro

**150 g unt, 3 linguri zahăr pudră, 4 ouă, 250 g făină, coaja şi zeama de la ½ lămîie, 1 praf de vanilie, un vîrf de cuțit de bicarbonat, 150 g zahăr, 150 g nuci pisate, 300 g marmeladă sau dulceață scăzută.**

Se freacă untul cu trei linguri de zahăr pudră, se adaugă gălbenuşurile pe rînd. Se amestecă bine, se pune zeama şi coaja de lămîie rasă, bicarbonatul şi vanilia şi se frămîntă cu făina. Se întinde o foaie de grosimea degetului şi se aşază în tavă; se dă la cuptor la foc mic. Cînd foaia a crescut şi începe să prindă coajă, se scoate tava din cuptor şi cît se poate de repede se întinde peste ea un strat de marmeladă sau dulceață, peste care se toarnă albuşurile spumă din cele 4 ouă, amestecate cu 150 g zahăr şi cu nucile pisate. Se dă din nou la cuptor ca să se coacă. Cînd este gata, se lasă să se răcească în tavă, apoi se taie bucăți pătrate sau dreptunghiulare.

## 598 Minciuni delicioase

**3 gălbenuşuri, 1 ou întreg, 1 linguriță zahăr pudră, 2 linguri smîntînă, 2 linguri sifon, vanilie sau rom pentru aromat, făină cît cuprinde, 1 praf de sare, grăsime pentru prăjit, zahăr pudră vanilat.**

Se pune pe planşetă făină uscată şi cernută, se face la mijloc o gropiță în care se pun ouăle, zahărul, smîntîna, sifonul, vanilia şi sarea. Se frămîntă o cocă mai vîrtoasă. Se împarte în două şi se lasă să se odihnească o oră. După aceea se întinde cu vergeaua o foaie cît se poate de subțire. Din ea se taie fîşii late de 3-4 cm şi fiecare fîşie în bucăți de 10 cm lungime. Fiecare bucată se crestează puțin la mijloc şi prin crestătură se introduce unul din capetele bucății (astfel încît să pară că e înnodat). Se procedează astfel cu tot aluatul. Se prăjesc într-o cratiță sau într-un ceaunel, cu untură sau ulei clocotit, pînă cînd se rumenesc. Se scot cu lingura cu găuri şi se presară fiecare cu zahăr pudră vanilat.

## 599 Minciuni

**2 gălbenuşuri, 1 ou întreg, 1 linguriță zahăr pudră, 1 praf de sare, vanilie, făină.**

Se face un aluat potrivit de tare, se lasă să se odihnească puțin şi se procedează ca la minciuni delicioase (v. 598).

## 600 Gogoşi pripite (fără drojdie)

**4 ouă, 3 pahare apă (lapte), 1½ lingură unt, 2 pahare făină, 2-3 linguri zahăr (după gust), zeama de la ½ lămîie, 1 praf de sare, ulei pentru prăjit.**

Se pune la fiert apa (laptele) cu untul şi sarea; cînd începe să fiarbă, se pune făina şi în acelaşi moment se amestecă repede cu lingura (această operație se face la marginea maşinii). Se amestecă pînă cînd compoziția începe să se desprindă de pe cratiță. Se lasă să se răcească şi se adaugă zeama de lămîie şi 4 ouă frecate dinainte cu zahărul. Se amestecă totul foarte bine. Cu o lingură unsă cu grăsime se ia din compoziție şi se pune în cratița sau ceaunul cu grăsime bine înfierbîntată. Se lasă pînă se rumenesc şi se presară fiecare cu zahăr pudră vanilat.

## 601 Prăjitură de Strasburg

**250 g făină, 250 g unt, 1 kg mere, 1 pahar zahăr tos, 1 linguriță zahăr pudră, 1 lingură apă, 2 gălbenuşuri, 1 praf sare, 1 praf scorțişoară, grăsime pentru formă, ou amestecat cu apă îndulcită.**

Se pune făina cuib pe planşeta de lucru. La mijlocul făinii se pun o lingură de apă, gălbenuşurile, untul, sarea, o linguriță zahăr pudră. Se frămîntă bine o cocă care se lasă apoi să se odihnească, acoperită cu un castron, timp de două ore. În acest timp se curăță merele de coajă, se taie felioare subțiri şi se presară peste ele scorțişoara. Apoi se împarte coca în două părți egale şi se întind două foi groase de ½ cm. Se aşază în tava unsă prima foaie, peste ea merele presărate cu un pahar zahăr tos. Se acoperă cu cea de-a doua foaie şi se unge cu puțin ou amestecat cu o lingură de apă îndulcită. Se coace la foc potrivit, iar cînd este gata, se taie pătrate nu prea mici.

## 602 Babă

**500 g făină, 1 pahar lapte, 4 ouă, 150 g unt sau margarină, ¾ pahar zahăr, ¼ linguriță sare, 100 g stafide, 1 praf de vanilie, 40 g drojdie, grăsime pentru formă.**
**Sirop: ¼ pahar zahăr, ¾ pahar apă, 4 linguri de vin, ½ linguriță esență rom.**

Se amestecă drojdia cu ½ pahar de lapte călduț, se adaugă o parte din făină şi se frămîntă bine ca să se obțină un aluat

tare. Se adună în formă de minge şi se crestează de 3-4 ori cu cuţitul. Se pune coca într-o oală cu 3 l apă călduţă. Se acoperă şi se lasă la loc cald.
Peste 40-50 min, cînd coca se ridică deasupra şi creşte în volum de două ori, se scoate cu ajutorul lingurii de spumă şi se pune într-un castron încăpător. Se adaugă margarina sau untul topit (călduţ), sarea, gălbenuşurile frecate cu zahărul şi vanilia şi albuşurile bătute spumă. Se frămîntă bine adăugînd restul de făină şi de lapte. Aluatul obţinut nu trebuie să fie prea tare. Se acoperă şi se pune la loc cald ca să crească. După ce a crescut încă o dată cît a fost, se adaugă stafidele, se amestecă, apoi se pune într-o formă unsă. Se acoperă şi se lasă la loc cald pînă cînd aluatul umple trei sferturi din forma în care a fost aşezat. Se coace la foc mic 30-40 min. Se încearcă cu paiul. Se scoate din formă fierbinte, cu mare băgare de seamă să nu se rupă. Se aşază pe o farfurie mare şi se lasă să se răcească fără să se întoarcă.
În acest timp se prepară siropul. Se fierbe apa cu zahărul, se adaugă vinul şi romul. Cu acest sirop fierbinte se siropează prăjitura, întorcînd-o pe toate părţile ca să pătrundă siropul bine în ea.

## 603 Băcănie

**6 ouă, 1 pahar zahăr pudră, 200 g unt, 6 linguri făină, 100 g arahide, 100 g nuci, 100 g migdale, 100 g stafide, 100 g rahat, 100 g smochine, 100 g coajă de portocală din dulceaţă, 1 praf vanilie, 1 praf de copt, ulei.**

Arahidele, nucile şi migdalele, curăţate, se usucă la gura cuptorului cald, apoi se taie în bucăţi mici. Stafidele bine spălate şi uscate, rahatul şi smochinele se taie de asemenea în bucăţi mici.
Se freacă spumă într-un castron untul cu zahărul, se adaugă gălbenuşurile pe rînd, unul cîte unul, apoi praful de copt, vanilia, făina şi se amestecă bine.
Această compoziţie se amestecă cu toate fructele prevăzute în reţetă. La urmă se pun albuşurile spumă, se amestecă uşor şi se toarnă compoziţia într-o tavă unsă cu ulei şi căptuşită cu hîrtie unsă tot cu ulei.
Se coace la foc potrivit şi se lasă să se răcească în tavă. Se taie în bucăţi dreptunghiulare.

## 604 Ruladă cu frişcă

**6 ouă, 6 linguri zahăr pudră, 1 lingură cu vîrf făină, 3 lingurițe cacao, 350 g frişcă pentru umplutură, ulei şi făină pentru formă.**

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul ca o cremă, se adaugă făina şi cacaua, iar după ce s-a amestecat bine, spuma de albuşuri.

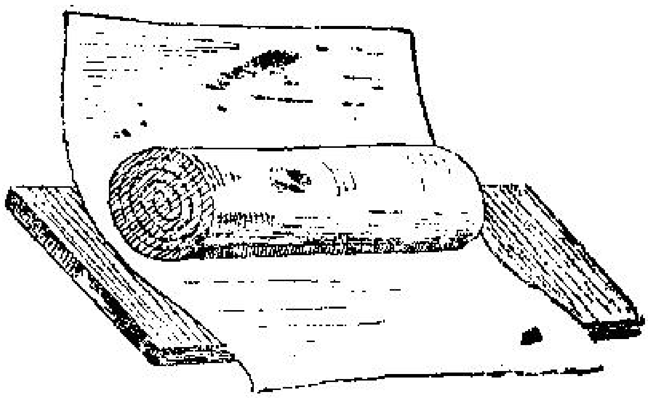
Se toarnă compoziția într-o tavă dreptunghiulară unsă cu ulei şi presărată cu făină şi se coace la foc potrivit. Cînd s-a rumenit frumos, se răstoarnă pe un fund de lemn acoperit cu un şervet ud şi bine stors, se acoperă şi se lasă să se răcească complet. Se aşterne apoi frişca în strat uniform de gros şi se rulează cu ajutorul şervetului.

Se aşază pe un platou şi se garniseşte cu frişcă.

## 605 Ruladă cu marmeladă sau dulceață

**6 ouă, 6 linguri zahăr, 5 linguri făină, vanilie sau coajă rasă de lămîie, marmeladă sau dulceață, unt şi făină pentru formă, zahăr pudră.**

Se freacă spumă gălbenuşurile cu zahărul şi vanilia, se pun albuşurile bătute spumă, se amestecă uşor, adăugînd făina, puțin cîte puțin (în ploaie). Se toarnă compoziția în strat uniform într-o tavă de copt dreptunghiulară, unsă cu unt şi presărată cu făină, şi se coace la foc potrivit. Se încearcă cu paiul.



Cînd este gata, se răstoarnă pe un fund de lemn acoperit cu un şervet muiat în apă şi bine stors, se unge repede cu marmeladă sau dulceață, se rulează strîns şi se lasă învelită în şervetul ud cîteva minute. Apoi se înveleşte rulada într-un şervet uscat şi se lasă astfel 2-3 ore.

Se aşază pe o farfurie lungă şi se presară cu zahăr pudră. Se serveşte tăiată felii de grosimea unui deget.

## 606 Ruladă cu nuci

**Aceleaşi cantități ca la rulada cu marmeladă sau dulceață.**

**Umplutura: 250 g nuci pisate, 1 pahar lapte, 3 linguri zahăr, 1 praf vanilie sau puțin rom (un păhărel).**

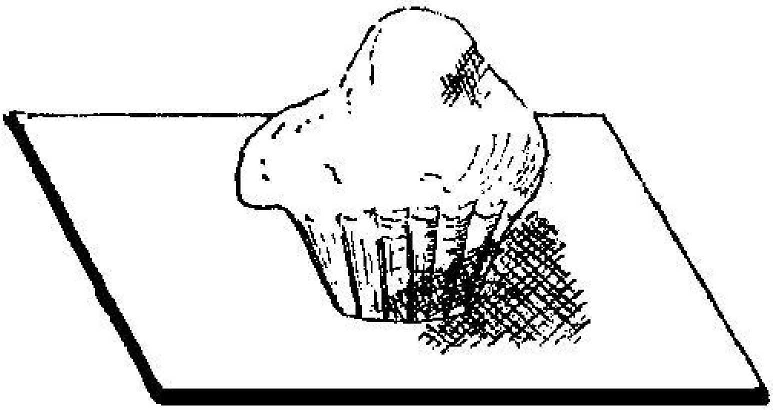
Se fierbe laptele cu zahărul şi nucile la foc mic, amestecînd mereu pînă ce se formează o pastă moale şi se adaugă vani-

lia sau romul. Cu această pastă se unge foaia de ruladă preparată la fel ca la 605.

## 607 Brioşi sau madlene

**2 ouă, ½ pahar zahăr, ½ pahar unt sau ulei, ¾ pahar făină, vanilie sau coajă de lămîie, ulei pentru formă.**

Se freacă bine ouăle cu zahărul şi cu vanilia, se adaugă uleiul şi se amestecă pînă cînd compoziția începe să se îngroaşe. Se adaugă făina şi se amestecă foarte bine.



Se pregătesc dinainte forme mici, speciale pentru brioşi sau tarte, bine unse cu ulei. Se umple fiecare formă pe trei sferturi cu compoziția pregătită şi se dau la cuptor, la foc potrivit. Cînd sînt gata, se scot imediat din forme.

## 608 Pîine de Savoia

**100 g zahăr pudră, 4 ouă, 50 g făină de cartofi, 50 g făină de grîu, 1 praf de copt, 1 praf de sare, 1 praf vanilie, grăisme pentru formă.**

Se freacă zahărul cu vanilia şi gălbenuşurile, se adaugă făina de grîu şi cea de cartofi, praful de sare şi praful de copt, amestecîndu-se bine. Se pun apoi albuşurile bătute spumă. Se coace într-o formă de chec unsă şi se serveşte la ceai, tăiată felii subțiri.

## 609 Corăbioare

**¾ pahar untură, 1 lingură zahăr pudră, ½ pahar smîntînă sau lapte, 50 g drojdie de bere, 1 praf vanilie, 1 praf sare, făină cît cuprinde, zahăr pudră vanilat.**

Se freacă untul cu zahărul şi vanilia, apoi se adaugă smîntîna, drojdia dizolvată în puțin lapte şi praful de sare. Se frămîntă cu făină o cocă potrivit de tare. Se acoperă şi se lasă în loc cald să crească. Cînd a crescut, se pune pe planşeta de lucru, se împarte în trei părți egale. Din fiecare parte se face un sul cu mîna, iar fiecare sul se taie în bucăți de lățimea unui deget. Aceste bucăți se aşază pe tava de copt la distanță mai mare una de alta (deoarece cresc) şi se lasă să crească puțin. Se dă apoi tava la cuptor. Cînd sînt gata şi încă fierbinți, se tăvăleşte fiecare corăbioară prin zahăr pudră vanilat.

## 610 Pricomigdale I

**100 g zahăr, 100 g făină, 100 g nuci date prin maşină, 1 ou, 80 g untură, cîtve picături esebţă de rom, grăsime pentru uns tava de copt.**

Se freacă foarte bine zahărul cu oul şi untura, se adaugă nucile, esenţa de rom şi făina. Se frămîntă bine. Se fac perişoare mici (cît o nucă) şi se pun pe tava de copt, la distanţă mare una de alta. Tava trebuie să fie unsă. Se coc la foc potrivit.

## 611 Pricomigdale II

**4 pahare nuci, 1 pahar zahăr pudră, 1 ou întreg, 1 gălbenuş, 1 linguriţă făină, 1 praf de vanilie, ulei.**

Se freacă bine zahărul cu oul întreg şi cu gălbenuşul pînă se face ca o spumă. Se adaugă nucile date prin maşina de nuci, vanilia şi făina şi se amestecă bine. Cu mîna puţin udată în apă rece se formează perişoare, se turtesc puţin şi se aşază în tava de copt, uşor unsă cu ulei. Se lasă distanţă între perişoare, deorece cresc în timpul coptului.

## 612 Pătrate cu cremă

**Foile: 300 g făină, 1 ou, 60 g unt, 20 g praf de amoniac, 3 linguri zahăr, 1 praf de vanilie, ¼ pahar lapte, ulei.**
**Crema: ½ pahar lapte, 200 g zahăr, 80 g făină, 200 g unt, esenţă de migdale amare.**

Se face un aluat din cele arătate, se lasă să se odihnească ½ oră. Se împarte apoi aluatul în trei părţi egale. Se întind trei foi care se coc pe rînd în tava de copt unsă cu ulei şi presărată cu făină.
Pentru cremă, se amestecă într-o cratiţă pe foc laptele cu zahărul şi făina pînă ce începe să se îngroaşe. Se ia de pe foc şi se adaugă untul şi esenţa de migdale amare, amestecînd bine.
Cu această cremă se unge fiecare foaie şi se aşază una peste alta (foaia de deasupra trebuie să fie unsă cu cremă). Se serveşte tăiată în pătrate.

## 613 Prăjitură turcească (Ţiş-piş-tiri)

**1 ou, 1½ pahar ulei, 1 pahar apă, 1 lingură zahăr pudră, coaja rasă de la o lămîie, un praf de sare, făină cît cuprinde, grăsime şi făină pentru formă.**
**Siropul: 500 g zahăr, 1¼ pahar apă, vanilie, zeama de la o lămîie.**

Se bate zahărul cu oul, se amestecă cu uleiul, sarea, coaja de lămîie, zahărul şi apa. Se adaugă făină şi se frămîntă cu

mîna un aluat moale. Se lasă să se odihnească 10 min, apoi pe planşeta presărată cu făină se întinde cu vergeaua o foaie de grosimea uni deget. se taie pătrate nu prea mari şi se aşază tava unsă şi presărată cu făină, la distanță unul de altul. În timp ce se coc se prepară siropul. Se pune într-o cratiță pe maşină zahărul cu 1¼ pahar apă şi vanilie; după ce a dat cîteva clocote, se adaugă zeama de lămîie şi se dă la o parte.

Cînd pătratele sînt rumenite bine, se opăresc cu acest sirop şi se mai lasă la cuptor pînă ce pătrunde bine siropul în cocă.

## 614 Prăjitură cu marmeladă

**500 g făină, 200 g unt, 2 ouă întregi, 3 linguri zahăr pisat, 20 g drojdie, un praf de sare, 1 praf vanilie sau coajă de lămîie rasă, grăsime pentru formă, zahăr pudră vanilat.**

**Pentru umplutură: 250 g nuci pisate, 125 g zahăr tos, marmeladă.**

Se freacă puțin untul cu drodia şi zahărul, se adaugă ouăle, sarea, vanilia, făina şi se frămîntă bine o cocă mai mult moale decît tare. Se lasă să se odihnească ½ oră. Se împarte coca în patru părți egale şi se întind pe rînd patru foi. Se aşază în tava de copt unsă o foaie, se întinde un strat de marmeladă gros de ½ cm, se presară cu o treime din cantitatea de nuci pisate şi de zahăr, apoi a doua foaie, repetînd procedeul (se unge cu marmeladă etc.), a treia foaie care se unge ca mai sus. Se acoperă cu a patra foaie şi se coace la foc potrivit. Cînd se rumeneşte, se scoate din cuptor, se presară cu zahăr pudră vanilat şi se taie bucăți pătrate sau dreptunghiulare. (Este de dorit să se întrebuințeze trei feluri de marmeladă).

## 615 Prăjitură rulată

**250 g făină, 2 gălbenuşuri, 125 g unt, 1 lingură zahăr pisat, vanilie, ¾ ceşcuță lapte, 15 g drojdie de bere, un vîrf cuțit sare.**

**Pentru umplutură: ¼ pahar lapte, 200 g zahăr, 200 g nuci, 1 păhărel rom, vanilie.**

Se amestecă drojdia cu ½ linguriță de zahăr, sare, laptele călduț şi o lingură de făină. Se acoperă şi se lasă la loc călduț să crească. Cînd maiaua a crescut, se adaugă zahărul, untul călduț, gălbenuşurile, vanilia şi făina, puțin cîte puțin. Se frămîntă timp de 15 min. Se pune din nou la loc cald să crească. În acest timp se prepară umplutura. Se pune la foc zahărul cu laptele şi vanilia. Cînd zahărul s-a topit şi siropul începe să fiarbă, se adaugă nucile date prin maşină. După ce

dă cîteva clocote, se ia de pe foc, se adaugă un păhărel de rom şi se lasă să se răcească.
Cînd aluatul a crescut, se întinde cu vergeaua o foaie ceva mai subţire ca un creion. Se unge cu umplutură trei sferturi din suprafaţa foii întinse. Se rulează astfel, încît capătul neuns să vină deasupra. Se pune în formă lungă, se acoperă şi se lasă la loc cald să crească. Cînd s-a ridicat puţin, se unge cu apă puţin îndulcită, se presară cu puţin zahăr tos şi se dă la cuptor. La început focul trebuie să fie mic. După ce s-a ridicat frumos, se dă la foc mai mare. Se taie rece, înainte de a servi, în felii de grosimea degetului.

## 616 Bezele

**6 albuşuri, zeama de la ½ lămîie, zahăr pudră şase ceşcuţe.**

Zahărul şi albuşurile se pun într-un vas (de preferinţă de aramă) care se aşază în alt vas mai mare cu apă fierbinte aşezat la foc. Se bat cu telul pînă cînd încep să se întărească. Se scoate vasul din apa fierbinte şi se lasă la loc rece să se răcească bine.
Se adaugă apoi miez de nucă, coaja de lămîie rasă sau ciocolata rasă. În cazul cînd nu se adaugă nimic, se stoarce în spuma de ou cu zahăr ½ de lămîie. Cu linguriţa se pun pe tava de copt, aşternută cu hîrtie unsă, grămăjoare distanţate. Se coc la foc foarte slab.

## 617 Trufe de cafea I

**1 linguriţă esenţă de cafea rece, 1 gălbenuş de ou crud, 250 g zahăr pisat, 250 g unt, 3 gălbenuşuri răscoapte date prin sită, cacao.**

Se freacă bine zahărul cu untul şi gălbenuşul crud, se adaugă o lingură de esenţă de cafea veritabilă foarte concentrată şi bine strecurată, apoi cele trei gălbenuşuri răscoapte. Se amestecă totul foarte bine. Se pune pe o farfurie cacao şi se tăvălesc prin ea cocoloaşe luate cu linguriţa din compoziţie. Se aşază cocoloaşele în forme speciale de hîrtie. Se pot aşeza şi pe o farfurie cu ciocolată granulată. Se păstrează la rece.

## 618 Trufe ruseşti

**4 gălbenuşuri de ou răscoapte date prin sită, 1 gălbenuş crud, 250 g migdale curăţate şi pisate foarte fin, 1 pahar zahăr pudră, 200 g ciocolată rasă, 50 g unt, 1 ceşcuţă rom.**

Se freacă zahărul, untul şi gălbenuşul crud pînă se fac spumă. Se adaugă romul, gălbenuşurile răscoapte, amestecînd neîn-

cetat, apoi migdalele. Se lasă puțin la rece, apoi cu mîna umezită se formează cocoloaşe, care se tăvălesc prin ciocolată rasă şi se aşază în forme de hîrtie. Se păstrează la rece.

## 619 Trufe de cafea II

**1 gălbenuş de ou, 250 g zahăr pudră, 250 g unt, 1 linguriță esență de cafea naturală, ciocolată granulată sau cacao.**

Se freacă gălbenuşul cu zahărul pînă ce se face ca o cremă, adăugînd cîte un pic de esență de cafea rece şi bine strecurată. Separat se freacă untul pînă se face ca o spumă şi se adaugă în el treptat crema de cafea. Cînd totul este bine frecat, se ia cu lingurița din compoziție şi se fac bulgăraşi mici care se tăvălesc în ciocolată granulată sau cacao. Se aşază în forme de hîrtie sau pe o farfurie presărată cu cacao sau cafea. Se păstrează la rece.

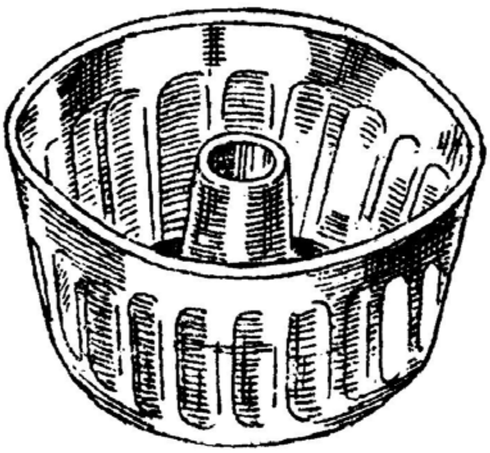
## 620 Cartofi

**2 pahare nuci pisate, 2 pahare pesmet fin, vanilie tăiată foarte fin, 1½ pahar lapte, 4 linguri cacao, 1 păhărel rom, zahăr.**

Se fierbe laptele cu zahărul şi vanilia, se adaugă nucile, cacaua şi romul. Cînd fierbe bine, se adaugă pesmetul. Amestecînd mereu se lasă compoziția să fiarbă pînă se îngroaşă bine. Se ia de pe foc şi se lasă să se răcorească. Cînd se poate ține mîna pe compoziție fără să frigă, se formează din ea cartofi (bulgări în formă de cartof) care se tăvălesc prin cacao. Se aşază pe farfurie. Cartofii se pot păstra max. 2-3 zile.

## 621 Savarină

**5 linguri zahăr pisat, 5 ouă, 5 linguri pesmet fin, coaja rasă de la o lămîie, zeama de la ½ lămîie, frişcă.**
**Siropul: 150 g zahăr, 1 pahar apă, 1 lingură rom.**



Se freacă zahărul cu gălbenuşurile pînă se obține o cremă, se adaugă apoi, amestecînd mereu, coaja de lămîie, zeama de lămîie şi pesmetul, la urmă albuşurile spumă. Se pune compoziția în forma de savarină (formă rotundă cu gaură la mijloc). Se coace la foc potrivit, apoi se siropează cu un sirop de zahăr, apă şi rom. După ce se răceşte, se umple

golul din mijloc cu frişcă (se poate garnisi punînd peste frişcă cîteva vişine sau fructe din dulceaţă).

## 622 Tarte

**500 g făină, 250 g unt, 100 g zahăr pudră, 1 ou, 1 praf de vanilie.**

Se freacă zahărul cu untul, oul şi vanilia, se adaugă făina şi se frămîntă o cocă, din care se taie bucăţele ce se întind cu vergeaua de grosimea unui centimetru. Se obţin astfel foi mici rotunde care se aşază în forme mici, speciale pentru tarte. Se potriveşte cu mîna astfel ca pereţii formelor să fie bine şi uniform acoperiţi cu cocă; se înţeapă coca la fund de 2-3 ori cu furculiţa şi se dau la cuptor. Cînd sînt gata, se scot foarte încet din forme şi se lasă să se răcească.



Se pot umple:

a) cu cremă de vanilie (v. 474) şi se garnisesc cu frişcă sau cîteva fructe crude;

b) cu jeleu (v. p. 179) preprat din zeamă de fructe (se dă la gheaţă);

c) cu fructe peste care se toarnă un jeleu (la 1 pahar zeamă de fructe îndulcită – 3 foi de gelatină). Se pune la gheaţă.

## 623 Choux à la crème (Gogoşi cu cremă)

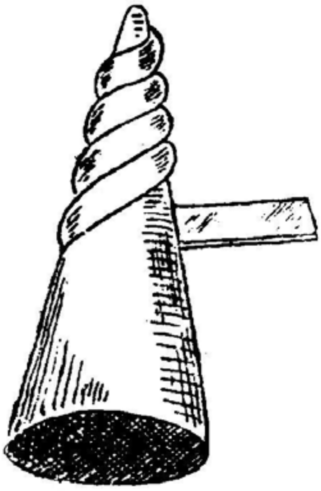
**200 g apă, 75 g unt proaspăt, 2 linguriţe zahăr, 125 g făină, 3 ouă, sare, grăsime pentru formă, cremă de vanilie, frişcă.**

Se pune la fiert apa cu untul, sarea şi zahărul. Cînd începe să fiarbă se pune făina în ploaie, amestecînd nîncetat pînă se observă că aluatul se desprinde de pe cratiţă. Se dă la o parte. Cînd compoziţia este caldă, se adaugă pe rînd trei ouă, amestecînd mereu, şi se lasă apoi să se răcească.

Se unge o tavă de copt cu unt sau cu ulei şi se pun cu linguriţa grămăjoare nu prea mari din compoziţia rece (aceste grămăjoare trebuie să aibă formă de gogoşi şi să fie puse în tavă la distanţă mare una de alta). Cînd sînt coapte se lasă să se răcească bine, apoi, cu un cuţit foarte ascuţit, se taie capacele în aşa fel, ca o parte să rămînă prinsă. Se umplu gogoşile cu cremă de vanilie (v. 474), peste care se pune puţină frişcă.

## 624 Cornet cu frişcă sau cremă

**100 g unt, 100 g zahăr pudră, 1 ou, ½ pahar vin, 2 linguri ulei, 2 linguri rom, făină cît cuprinde.**
**Crema: 500 g lapte, 2 linguri făină, 3 ouă, 100 g unt, 250 g zahăr, 1 praf de vanilie, ou pentru uns.**



Se freacă untul cu zahărul şi oul, se adaugă apoi vinul, romul, uleiul şi la urmă făina. Se frămîntă un aluat potrivit şi se lasă 10-15 min să se odihnească. Se întinde apoi o foaie de ½ cm. Se taie fîşii cu care se îmbracă formele speciale (cornetele), se ung cu ou şi se pun la copt. Cînd rulourile sînt coapte se scot şi după ce s-au răcit se umplu cu frişcă sau cu cremă.

Pentru cremă se pune la fiert laptele, se adaugă apoi treptat în el ouăle dinainte frecate cu zahărul şi făina, amestecînd cu lingură pînă ce se îngroaşă. Cînd se răceşte, se adaugă praful de vanilie şi untul frecat ca o spumă.

## 625 Rulouri cu marmeladă

**150 g brînză de vacă bine sciursă de zer, 150 g unt, 150 g făină, 2 linguri zahăr pudră, 1 praf sare, un vîrf de cuţit bicarbonat, marmeladă, ou pentru uns, zahăr tos.**

Brînza, untul, zahărul, sarea şi bicarbonatul se amestecă împreună. Se adaugă apoi făina şi se frămîntă bine. Se întinde o foaie groasă ca pentru tăiţei. Se taie dreptunghiuri potrivit de mari, se ung cu marmeladă şi se rulează fiecare sul. Se ung cu ou, se presară cu puţin zahăr tos şi se pun la copt.

Se pot umple şi cu brînză de vacă amestecată cu un ou şi puţin zahăr.

## 626 Nuga

**4 foi, 7 albuşuri, 500 g zahăr pudră, 250 g nuci curăţate, 250 g miere de albine, zeama de la ½ lămîie.**

Se pun albuşurile cu zahărul într-un vas aşezat în alt vas mai mare cu apă fierbinte, pe plită. Se bat cu telul, turnînd cîte puţină miere fierbinte. Se bat pînă cînd compoziţia începe să se dezlipească de pe tel. În acest moment se scoate din apă fierbinte vasul în care s-a pregătit compoziţia, se pune la o parte şi se adaugă nucile şi zeama de lămîie. Pe un fund de lemn se aşază două foi Lica (una peste alta), se întinde compoziţia în strat de grosime egală şi se acoperă cu celelalte două foi. După ce se răceşte, se taie bucăţele de forma dorită.

## 627 Prăjitură din brînză de vacă şi nuci

**400 g brînză de vacă, 4 ouă, ¾ pahar zahăr, 200 g nuci pisate, 100 g stafide, 150 g unt, vanilie sau rom, grăsime şi făină pentru formă.**

Se trece brînza prin maşina de tocat. Se freacă zahărul cu untul, adăugînd pe rînd ouăle, apoi brînza, nucile, stafidele, vanilia sau romul. Se amestecă totul bine, se pune într-o formă de chec unsă şi presărată cu făină. Se coace la foc potrivit şi se scoate din formă după ce s-a răcit

## 628 Pastă de brînză de vacă

**400 g brînză de vacă, 200 g unt, ½ pahar smîntînă, 2 ouă, ¼ pahar lapte, 100 g stafide, 50 g nuci pisate, un praf de sare, 1 pahar zahăr pudră, vanilie.**

Se trece brînza prin sită sau se dă prin maşina de tocat. Se freacă ouăle cu zahărul, se adaugă laptele, sarea, vanilia şi se pune pe foc amestecînd pînă se îngroaşă. Se dă la o parte, se pune untul, se amestecă bine. Cîn compoziția este aproape rece, se adaugă brînza, smîntîna, stafidele şi nucile. Totul, bine amestecat, se pune într-un şervet, se leagă strîns şi se aşază sub presă pentru 5-6 ore, la rece. Apoi se dezleagă şi se serveşte tăiată ca un tort.

## 629 Aluat pentru diferite întrebuințări

**1 pahar caimac, 1 pahar făină, 1 linguriță unt, un praf sare.**

Din caimac, făină, unt şi sare se frămîntă un aluat. Se întinde o foaie şi se taie după cum este nevoie:
a) se pot face mici cornulețe umplute cu rahat, marmeladă sau dulceață; în acest caz sarea se înlocuieşte cu puțin zahăr;
b) se pot face pesmeciori (rotunzi, pătrați etc.) unşi cu marmeladă şi lipiți cîte doi; în acest caz, sarea se înlocuieşte cu zahăr;
c) se pot face pateuri pentru supă (cu carne sau cu brînză);
d) se pot face tarte mici pentru a fi umplute cu sote de mazăre, morcovi, spanac, salată de boeuf etc.

## 630 Aluat fraged pentru diferite întrebuințări

**500 g făină, 2 linguri unt sau untură, 2 gălbenuşuri, 2 linguri smîntînă, 2 linguri zahăr pisat, puțină sare, 1 praf vanilie, 2 linguri vin alb.**

Se frămîntă untul sau untura cu atîta făină cît cuprinde. Se adaugă gălbenuşurile, smîntîna, zahărul, vanilia, vinul şi sarea. Se frămîntă o cocă cu restul de făină, se acoperă cu un şervet şi se lasă să odihnească o jumătate de oră.
Se împarte coca în două şi se întind două foi de grosimea unui creion. Se aşază o foaie pe fundul tăvii de copt, se înțeapă cu

furculița și se dă la cuptor. Cîn coca s-a ridicat puțin și a căpătat culoare mai albicioasă, se întinde repede umplutura dorită (brînză de vacă, mere rase sau alte fructe, marmeladă sau dulceață etc.), se acoperă cu cea de a doua foaie, se înțeapă ca și prima, se unge cu albuș de ou și se coace la foc potrivit pînă ce se rumenește. Cînd este gata, se taie pătrate și se presară cu zahăr pudră.
Se poate umple și cu carne sau ficat; în acest caz cantitatea de zahăr se reduce la o linguriță rasă și nu se pune vanilie.

## 631 Aluat de unt

**Pentru primul aluat: 300 g făină, 3 gălbenușuri, 3 linguri vin alb, 3 linguri smîntînă bună, puțină sare.**
**Pentru al doilea aluat: 300 g unt, 120 g făină.**

Se amestecă gălbenușurile cu smîntîna, vinul și sarea, se adaugă făina și se frămîntă bine cu mîna pînă ce se observă că aluatul face bășici. Se lasă să se odihnească pînă se prepară aluatul al doilea în felul următor.
Se frămîntă bine untul cu făina, se lasă la o parte pînă ce din primul aluat se întinde o foaie pătrată de grosimea unui creion. Apoi, din cel de al doilea aluat se întinde a doua foaie, ceva mai mică dar tot atît de groasă. Se așază foaia mică peste foaia mare și se împăturește în trei pe lung, apoi în trei pe lat.
Se întinde cu vergeaua o foaie pătrată de grosimea unui creion și se împăturește încă o dată în felul arătat mai sus și se lasă timp de 10-15 min la loc rece. Se întinde din nou o foaie pătrată și din nou se împăturește în același fel. Se dă 10-15 min la rece.
Se procedează pentru a treia oară la fel, apoi se întinde o foaie groasă de un deget și se întrebuințează după nevoie ca la rețeta precedentă.

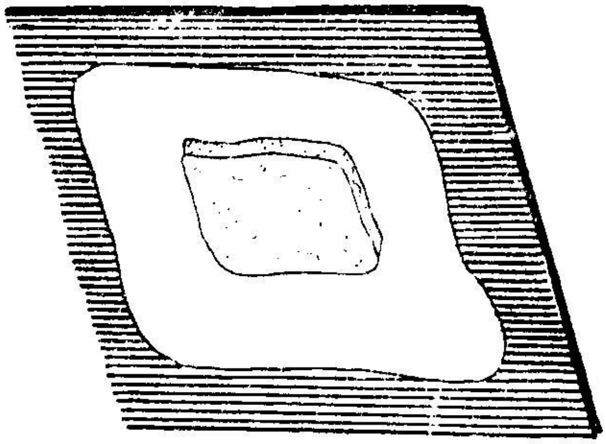
## 632 Aluat franțuzesc I

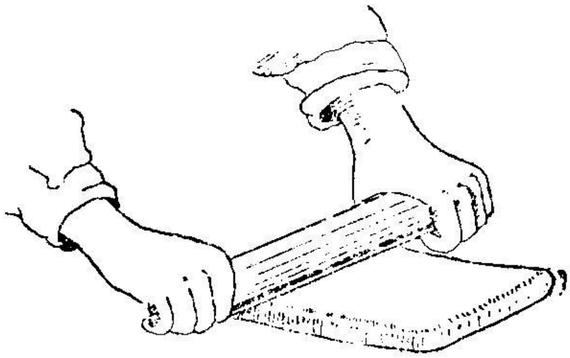
**I. 100 g făină, 250 g unt sau margarină.**
**II. 200 g făină, 1 gălbenuș, 1 linguriță zeamă de lămîie sau oțet, un praf sare, apă cît cuprinde. Făină pentru presărat pe planșetă.**

Din 200 g făină, un gălbenuș, zeama de lămîie, sarea și apa se frămîntă o cocă potrivit de tare, se adună în formă de minge și se acoperă. În acest timp se amestecă 250 g unt sau margarină cu 100 g făină, se frămîntă repede și se lasă la o parte.
Din coca de apă se întinde o foaie de grosimea unui creion, în mijlocul căreia se așază coca de unt, care se turtește

dîndu-i-se forma pătrată, de trei ori mai mică decît foaia pe care este aşezată. Se acoperă cu foaia mare în formă de plic, se pune pe o farfurie şi se ţine pe gheaţă ¾ oră.

Se presară planşeta cu puţină făină şi se întinde o foaie mai mult pătrată decît rotundă. Se împătureşte în trei pe lung şi în trei pe lat. Se pune la gheaţă pentru 20-30 min. Această operaţie se repetă de patru ori. La urmă se întinde o foaie pătrată, se taie fîşii late de patru degete şi fiecare fîşie în pătrate. În colţul fiecărui pătrat se pune umplutura dorită: brînză, carne etc., acoperind cu celălat colţ. Se coc la foc bun.





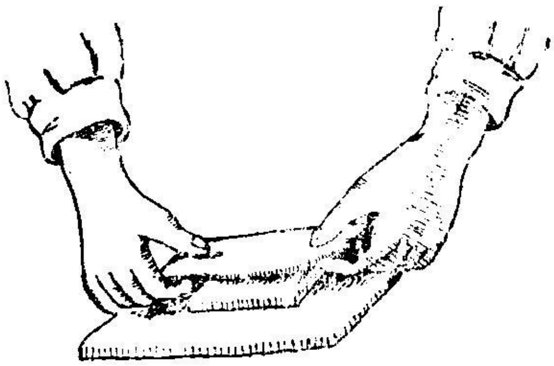
## 633 Aluat franţuzesc II

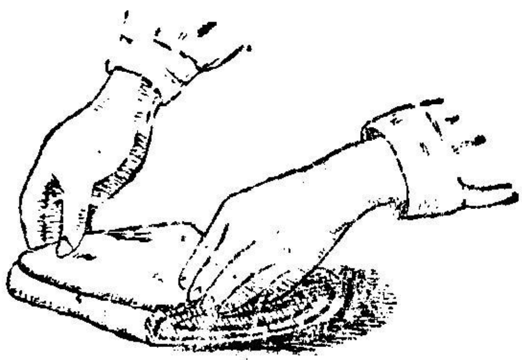
**500 g făină, 400 g unt sau margarină, 1 pahar apă, zeama de la ½ lămîie, ½ linguriţă sare, făină pentru presărat.**

Se face un aluat din 250 g făină şi untul tăiat în bucăţele mici. Se frămîntă repede cu o lingură de lemn şi se întinde o foaie pătrată, groasă de 2 cm, se aşază pe o farfurie presărată cu făină şi se pune la rece.

Se prepară un aluat din restul de 250 g făină, cu apă, zeamă de lămîie şi sare, frămîntînd bine cu mîna. Se adună în formă de minge, se acoperă şi se lasă să se odihnească 20-30 min.

Se întinde o foaie cu vergeaua în aşa fel ca să fie o foaie de





două ori mai lată şi ceva mai lungă decît foaia de unt. Foaia de unt se aşază la mijloc, şi se acoperă cu colţurile foii de apă, în formă de plic, apăsînd bine marginile cu degetul.
Se presară planşeta cu făină, se întinde o foaie pătrată groasă de 1 cm, se împătureşte în patru şi se dă la rece pentru 30-40 min.
După ce se repetă operaţia de trei ori, se întinde o foaie groasă de 1 cm, se taie cu paharul rotogoale sau cu cuţitul bucăţi pătrate.
În mijlocul bucăţilor de cocă se pune umplutura dorită (brînză, carne etc.), se ung cu ou şi se dau la cuptor pentru 10-15 min.

# Cozonaci şi preparate din aluat de cozonac

*Ce trebuie să ştim pentru buna reuşită a cozonacilor.* Cozonacii se prepară cu ouă mai puţine sau mai multe, după posibilităţi. În orice caz se vor întrebuinţa toate gălbenuşurile şi numai o parte din albuşuri. Vanilia se taie bucăţele fine cu o forfecuţă sau cu un cuţit foarte bine ascuţit şi se pune în lapte.
La frămîntat se întrebuinţează untură, ulei, unt curat, margarină, sau aceste grăsimi combinate între ele.
Este de dorit să se pună 300 g de zahăr (pisat sau pudră) la 1 kg făină. Se poate pune însă şi mai puţin.
Făina trebuie să fie de grîu, de calitate bună, bine cernută şi ţinută la foc cald şi uscat cu cîteva zile înainte de a prepara cozonacii.
Vasul în care se pregătesc (strachină sau covăţică) trebuie să fie cald. De asemenea, în tot timpul preparării în cameră să fie cald şi să se evite curentul. Formele în care se pune aluatul pentru copt vor fi unse cu unt, presărate cu pesmet şi încălzite. Cînd se umblă cu ele, se aşază sau se scot din cuptor, nu se vor trînti, iar după ce cozonacul este copt, se va scoate încet din formă, aşezîndu-l pe o pernă peste care s-a întins o coală de hîrtie, iar deasupra un şervet sau o faţă de masă. Cozonacul se aşază în aceeaşi poziţie în care a stat în formă şi nu se mişcă decît după ce s-a răcit complet.
Pentru a-i păstra proaspeţi cît mai mult zile, după răcire se pun din nou în formele în care s-au copt, se acoperă cu hîrtie albă sau cu un şervet şi se ţin la loc rece.

Dacă s-a frămîntat coca de cozonac numai cu unt, se adaugă un păhărel de ulei bun şi jumătate de pahar de miere de albine. Uleiul ţine cozonacii mai mult timp proaspeţi, iar mierea de albine le dă aromă plăcută.

## 634 Cozonaci obişnuiţi

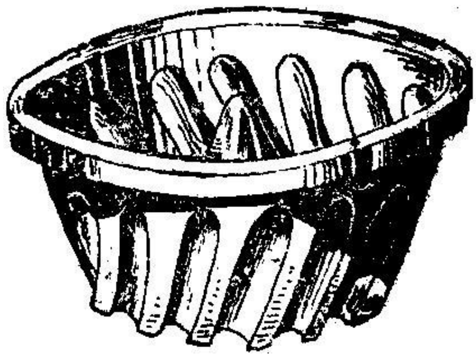
**1 kg făină, 300 g zahăr, 1½ ceaşcă lapte, 6 ouă, 50 g drojdie de bere, 200 g unt, 2 linguri ulei, vanilie, baton, sare, ou pentru uns, grăsime pentru formă.**

Se face o maia din drojdie şi o linguriţă de zahăr. Se freacă pînă se face ca o smîntînă, se adaugă 2-3 linguri de lapte călduţ, puţină făină şi se amestecă bine; se presară cu făină, se acoperă şi se lasă la loc cald să crească.

Se fierbe laptele cu vanilia baton, tăiată bucăţele foarte mici, şi se lasă pe marginea maşinii acoperit, ca să stea cald.

Gălbenuşurile se freacă cu zahărul şi sarea, apoi se toarnă încet laptele cald, amestecînd mereu.

Plămădeala crescută se pune într-un vas mai mare (trebuie să rămînă loc pentru aluatul care va creşte), şi peste ea se toarnă, bătînd mereu cu lingura, cîte puţin din gălbenuşurile cu laptele şi cîte puţină făină. Apoi se pun trei albuşuri bătute spumă. Cînd această operaţie este terminată, începe frămîntatul cozonacilor. Se frămîntă, turnînd mereu cîte puţin unt şi ulei încălzit, pînă cînd aluatul începe să facă băşici şi să se dezlipească cu uşurinţă de mînă. Se acoperă vasul cu un şervet, iar peste el se pune ceva mai gros (un molton, o pătură etc.). Se lasă la loc cald să crească de trei ori cît a fost. Dacă în timpul frămîntatului aluatul pare prea vîrtos, se poate adăuga puţin lapte cald. Dacă dimpotrivă aluatul pare prea moale, se adaugă puţină făină. Cînd aluatul a crescut bine, se ia din el cîte o bucată, se aşază pe planşeta pudrată cu făină, se dă forma dorită (rotundă, lunguiaţă, împletită etc.) şi se pune în forma de copt unsă cu unt. Se mai lasă să crească în formă la loc cald. Se unge cu ou şi se coace la foc potrivit. Se scoate din formă imediat ce s-a copt, se aşază pe un şervet şi se lasă să se răcească.



## 635 Cozonaci ruseşti

**Pentru 1 kg de făină: 22 gălbenuşuri, 250 g unt topit, 1 linguriță ulei, 1 lingură miere de albine, 1 pahar lapte, 300 g zahăr pudră, coaja rasă de la ½ lămîie şi ½ portocală, ¼ baton vanilie pisată, 80 g drojdie de bere, sare, unt şi pesmet pentru formă, ou pentru uns aluatul.**

Peste drojdia amestecată cu o linguriță de zahăr se toarnă 2-3 linguri de lapte călduț şi se pun 2-3 linguri de făină. Se amestecă totul bătînd cu lingura, se acoperă şi se lasă la loc cald. În acest timp, la un colț de covățică (specială pentru cozonaci), se toarnă laptele clocotit peste 3-4 linguri de făină, amestecînd bine ca să evităm cocoloaşele. Se acoperă covățica cu un şervet şi se lasă să se răcească. Cînd este numai călduță se adaugă maiaua crescută, se amestecă bine, se presară cu făină, se acoperă iar şi se lasă pînă cînd se ridică bine. În acest timp se freacă gălbenuşurile cu zahărul într-un vas aşezat în alt vas cu apă bine încălzită. Cînd zahărul este bine topit şi compoziția călduță, se toarnă cîte puțin peste plămădeală, adăugînd şi cîte puțină făină, sare, vanilie, coajă de lămîie şi de portocală. Se amestecă totul foarte bine ca să fie ca o pastă omogenă. Se presară cu făină, se acoperă cu şervet şi se lasă din nou să se ridice bine. Acum se începe frămîntatul, adăugînd untul topit călduț, uleiul călduț şi mierea de albine încălzită. Se frămîntă neîncetat pînă ce aluatul începe să facă băşici şi se dezlipeşte uşor de mînă (aproximativ o oră). Se acoperă şi se lasă să crească de trei ori cît a fost. Apoi se ia cîte o bucată şi se aşază în forma unsă cu unt şi presărată cu pesmet. Se umple forma cu cocă numai o treime, se acoperă şi se lasă să crească la cald, pînă cînd aluatul umple forma aproape în întregime. Se unge cu ou amestecat cu apă şi se dă la cuptor. La început la foc moale (pînă cînd se ridică aluatul la nivelul formei), apoi se ține tot timpul la foc potrivit. Durata cît trebuie să stea în cuptor variază cu mărimea cozonacului. Cozonacul aşezat într-o formă de chec se ține în cuptor cam o oră. Se încearcă cu paiul. Cînd este gata, se scoate pe un şervet şi se lasă să se răcească.

## 636 Pască cu brînză de vacă

**Aluat de cozonac (obişnuit sau rusesc).**

**Umplutura (în cantitate mai mare sau mai mică, după gust):**

**500 g brînză de vacă, 100 g stafide, 3-4 ouă, 1 lingură unt proaspăt, zahăr după gust, puțină coajă de lămîie rasă, un praf de sare.**

Cele indicate pentru umplutură se amestecă bine ca să formeze o pastă omogenă. Se întinde din aluat o foaie groasă cît un creion şi se aşază într-o tavă de copt. Din altă bucată de cocă

se face un sul lung şi gros de un deget, care se aşază împrejurul formei ( lipit de pereţii ei). Se întinde umplutura peste foaie fără să se acopere sulul aşezat împrejur.
Se mai fac două suluri din cocă care se aşază cruciş peste umplutură şi se ung cu puţin ou, după ce pasca a crescut puţin la loc călduţ. Se pune la cuptor să se coacă. Se scoate din formă după ce s-a răcit bine.

## 637 Pască cu smîntînă

**Aluat de cozonac.**

**Umplutura: 1 kg smîntînă, 3 linguri făină, 6 gălbenuşuri, 3 albuşuri, o bucăţică vanilie pisată, zahăr după gust, un praf de sare.**

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul, se adaugă sarea, vanilia pisată, smîntîna şi se amestecă bine adăugînd treptat făina. Se adaugă albuşurile bătute spumă.
Se procedează întocmai ca la pasca cu brînză de vacă (v. 636).

## 638 Pască cu orez

**Aluat de cozonac.**

**Umplutura: 1 pahar de orez, 4 pahare cu lapte, zahăr după gust, 4 ouă, 1 lingură unt topit, 150 g stafide, puţină vanilie, un praf de sare.**

Se fierbe orezul cu laptele şi vanilia (ca la orez cu lapte). Se adaugă un praf de sare. Cînd este gata se lasă să se răcească, apoi se adaugă zahărul, gălbenuşurile, untul, stafidele şi se amestecă bine. La sfîrşit se pun albuşurile bătute bine.
Se procedează mai departe ca la pasca cu brînză de vacă (v. 636).

## 639 Pască cu ciocolată

**Aluat de cozonac.**

**Umplutura: 5 ouă, 150 g zahăr pudră, puţină vanilie, 3 linguri ciocolată rasă, topită într-o lingură de lapte cald.**

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul, se adaugă vanilia, ciocolata topită în lapte. Se amestecă bine, iar la urmă se pun albuşurile bătute spumă. Mai departe, se procedează ca la pasca cu brînză de vacă (v. 636).

## 640 Cozonac cu nucă

**Aluat de cozonac.**

**Umplutura: 300 g nuci date prin maşină, 1 pahar lapte, ¾ pahar zahăr, 1 păhărel rom, vanilie.**

Se topeşte zahărul în laptele cald cu vanilie într-un vas aşezat la foc. După ce zahărul s-a topit, se pun nucile şi se amestecă mereu să nu se prindă de fundul vasului. După ce dă cîteva clocote

şi se face ca o pastă mai groasă, se dă la o parte şi se pune romul. Cînd umplutura s-a răcit, se întinde o foaie din aluat, groasă de un deget, se întind deasupra nucile în strat uniform şi se face un sul (se rulează). Se unge o formă de chec, se aşază cozonacul în ea, se lasă să crească puţin şi se pune apoi la copt, la foc potrivit.

## 641 Colac vienez

**Aluat de cozonac.**

**Umplutura: 150 g unt, 150 g zahăr pudră, vanilie, 3 linguri coajă de portocală din dulceaţă, tăiată bucăţi mici.**

Se freacă untul cu zahărul şi vanilia pînă se face ca o spumă şi se lasă la rece.

Se întinde din aluat o foaie pătrată de grosimea unui deget. Se întinde cu cuţitul peste toată foaia untul frecat (în strat uniform), se presară cu coajă de portocale.

Foaia astfel unsă se împătureşte în trei, astfel ca treimea din dreapta să vină aşezată peste treimea din stînga. Se taie repede în lungime trei fîşii egale şi se împletesc. Se unesc capetele şi colacul obţinut se aşază într-o formă rotundă (cratiţă) căptuşită cu hîrteio unsă cu unt. Se lasă să crească puţin în formă şi se dă la cuptor la foc mic, pînă se ridică frumos, apoi focul se întăreşte puţin. Se scoate din formă după ce s-a răcit.

## 642 Trandafiri

**Aluat de cozonac.**

**Umplutura: 150 g unt, 150 g zahăr pudră, vanilie.**

Se freacă untul cu zahărul şi cu vanilia ca o spumă. Se lasă la rece.

Se întinde din aluat o foaie dreptunghiulară, apoi se întinde cu cuţitul, peste toată foaia, untul frecat cu zahărul şi se rulează. Din sulul obţinut se taie bucăţi lungi de 6-7 cm. Aceste bucăţi se aşază într-o formă rotundă (sau într-o cratiţă) unsă şi capitonată cu hărtie unsă cu unt, una lîngă alta (cu puţină distanţă între ele). Bucăţile se aşază aşa ca tăieturile să fie pe fundul formei şi să iasă la suprafaţa ei. Se lasă să crească puţin şi se dau la cuptor la foc mic pînă se ridică bine, apoi focul se înteţeşte. Se scot din formă după ce s-au răcit.

## 643 Gogoşi

**Aluat de cozonac, 0,5 l ulei, zahăr pudră vanilat.**

Pe planşeta presărată cu făină se întinde din aluat de cozonac o foaie de grosimea unui deget. Se decupează cu paharul gogoşile şi se aşază pe un şervet, pe altă planşetă sau pe o masă. Se acoperă şi se lasă să crească de două ori mai mari decît au fost.

Se încinge ulei într-o cratiță sau într-un ceaun şi se pun gogoşile să se prăjească, întorcîndu-le cu furculița pe toate părțile. În timpul prăjitului, focul trebuie să fie mic. Cînd sînt gata, se scot cu lingura de spumă şi se presară cu zahăr pudră vanilat. Se pot face umplute cu marmeladă sau cu dulceață. În acest caz se pune pe mijlocul unei gogoşi umplutura, se acoperă cu altă gogoaşă şi se lipesc marginile. Apoi se prăjesc.

## 644 Melci

**Aluat de cozonac, 2-3 linguri nuci pisate şi amestecate cu puțin zahăr.**

**Sirop: 3 linguri zahăr, 1 pahar apă, 1 praf vanilie.**

Se ia cîte o bucățică de cocă de mărimea unui ou şi se face un sul gros de un deget. Se învîrteşte în formă de melc, se aşază pe tava de copt unsă şi se lasă să crească puțin.

Se coc melcii rumen, se scot din tavă cîte unul şi se scufundă repede în siropul fierbinte. Se aşază pe o farfurie şi se presară cu nucile pisate, amestecate cu zahărul.

## 645 Pîine cu lapte

**1 kg făină, 1 lingură zahăr, 2 linguri ulei, ½ linguriță sare, 400-500 g lapte, 50 g drojdie, ulei pentru formă.**

Într-un castronaş se freacă drojdia cu zahărul. Cînd s-a făcut ca o smîntînă se adaugă 2-3 linguri lapte călduț, puțină făină, se amestecă bine şi se acoperă cu un şervet, lăsînd astfel pînă se ridică maiaua.

În vasul în care vom pregăti pîinea (un vas mai mare) se pun laptele cald, sarea şi maiaua ridicată. Se adaugă făina şi se frămîntă, adăugînd uleiul în timpul frămîntatului. Se frămîntă pînă cînd se face băşici. Se acoperă şi se lasă la loc cald să crească. După ce a crescut de două ori cît a fost, se aşază în forma de copt unsă cu ulei. Se pune din nou la loc cald pentru 15-20 min. Se coace la început la foc mic, pînă cînd aluatul s-a ridicat din formă, apoi focul se întăreşte.

# Ştrudel şi plăcinte

## 646 Foaie de ştrudel

**500 g făină albă, 2 linguri ulei, 1 pahar apă călduță, sare.**

Se aşază pe planşetă făina cernută, în formă de cuib. La mijloc se face cu lingura un loc liber. Se pun în el uleiul, sarea şi apa călduță, treptat, amestecînd mereu cu lingura pînă ce făina înghite tot lichidul. Se frămîntă apoi cu mîna, iar aluatul obținut (trebuie să fie moale) se împarte în două, se unge pe deasupra cu puțin ulei, ca să nu se usuce, şi se acoperă cu un castron sau o cratiță caldă, lăsîndu-l astfel 10 min. Se întinde cu vergeaua o foaie care se aşază pe masa acoperită cu o față de masă perfect curată. Se acoperă foaia cu capetele feței de masă şi se lasă astfel 5 min. Apoi se întinde foaia cu mîna (se începe de la mijloc spre margini). Operația se face cu băgare de seamă, să nu se rupă foaia la întins. O foaie bine întinsă trebuie să acopere toată masa, să nu aibă găuri şi să fie subțire ca foița de țigară. Marginile care rămîn mai groase se rup.
Se lasă foaia astfel întinsă să se usuce puțin, apoi se fac ştrudele cu brînză, cu mere etc. Se întinde la fel şi a doua jumătate de cocă. Umpluturile vor fi împărțite în două pentru ambele foi.

## 647 Ştrudel cu mere

**Foaie de ştrudel.**

**Umplutura: 1 kg mere, 1 pahar zahăr, 1 linguriță scorțişoară pisată, 3 linguri untură sau unt încălzit, grăsime pentru uns forma şi aluatul, zahăr pudră.**

Se curăță merele de coajă, se dau pe răzătoarea de zarzavat, sau se taie feliuțe foarte subțiri.
Pe masă se află foaia întinsă (v. 646) preparată pentru întrebuințare. Se stropeşte cu unt sau untură încălzită. Se aşază la un capăt în lung merele rase, se presară cu zahăr şi scorțişoară, se acoperă cu marginea foii şi se rulează cu ajutorul feței de masă. Se obține un sul lung, care se taie în două, trei bucăți, după lungimea tăvii de copt. Se aşază în tava unsă, sul lîngă sul, distanțate puțin. Se ung pe deasupra cu unt sau untură topită. Se dau la cuptor pînă cînd se coc. Se taie în tavă bucăți potrivit de mari, se presară cu zahăr pudră.

## 648 Ştrudel cu brînză de vacă

**Foaie de ştrudel, zahăr pudră vanilat.**

**Umplutura: 750 g brînză de vacă, 2 ouă, 2 linguri zahăr (cine doreşte dulce), puţină sare, 3 linguri untură sau unt încălzit.**

Se amestecă foarte bine brînza cu ouăle, sarea şi zahărul, frămîntînd cu mîna. Pe foaia întinsă şi stropită cu unt topit sau untură topită, se aşază, la un capăt, brînza. Se acoperă cu marginea foii şi se rulează. Se procedează mai departe ca la ştrudelul cu mere (v. 647). Cînd este copt, se taie şi se presară cu zahăr vanilat.

## 649 Ştrudel cu dovleac

**Foaie de ştrudel, zahăr pudră.**

**Umplutura: 1 farfurie adîncă plină cu dovleac ras, 3-4 linguri ulei, 3-4 linguri zahăr, 1 linguriţă scorţişoară pisată, un praf sare.**

Se curăţă de coajă o bucată de dovleac şi se rade pe răzătoarea de zarzavat. O farfurie adîncă plină este suficientă pentru o foaie de ştrudel. Se întinde foaia, se lasă cîteva minute, apoi se stropeşte cu ulei. La un capăt al foii se aşază dovleacul ras, se presară cu zahăr, scorţişoară pisată şi puţină sare. Se rulează şi se aşază în tava de copt unsă cu ulei. Deasupra se unge cu pana muiată în ulei. Se coace la foc potrivit pînă se rumeneşte frumos, se taie bucăţi în tavă şi se presară cu zahăr pudră.

## 650 Ştrudel cu nuci

**Foaie de ştrudel, ulei pentru uns forma, zahăr pudră vanilat.**

**Umplutura: 300 g nuci pisate, 3 linguri pesmet fin, 300 g zahăr pudră, ½ pahar ulei călduţ, vanilie.**

Nucile pisate se amestecă cu zahărul, pesmetul şi vanilia. Foaia întinsă se unge bine cu ulei călduţ şi se presară umplutura pe toată suprafaţa. Se rulează sul cu ajutorul feţei de masă, se taie în bucăţi de lungimea tăvii de copt şi se aşază în tava unsă cu ulei. Înainte de a da la cuptor, cu un cuţit muiat mereu în ulei, se taie fiecare sul în bucăţi de 3-4 cm lungime. Se coace, se scoate încet fiecare bucată şi se presară cu zahăr pudră vanilat. Se poate prepara şi cu unt în loc de ulei.

## 651 Ştrudel cu carne

**Foaie de ştrudel.**

**Umplutura: 500 g carne macră, 500 g ceapă, 4 linguri untură (2 pentru tocătură, 2 pentru uns foaia), sare, piper pisat.**

Se prăjeşte ceapa tăiată mărunt în două linguri de untură, pînă începe să se îngălbenească. Se adaugă carnea dată prin

maşina de tocat, sarea şi piperul pisat. Mai departe se procedează ca la ştrudel cu mere (v. 647). Nu se presară cu zahăr.

## 652 Plăcintă cu brînză de vacă

**Foaie de ştrudel, unt pentru formă.**

**Umplutura: 400 g brînză de vacă, 3 ouă, 3 linguri unt topit, sare.**

Se amestecă bine brînza cu ouăle şi sarea. Din foaia de ştrudel întinsă se taie bucăţi de mărimea tăvii de copt. În tava de copt unsă cu unt se aşază 6-7 foi tăiate. Fiecare foaie trebuie unsă cu unt. Se aşterne apoi brînza, potrivind cu furculiţa ca stratul să fie uniform de gros. Deasupra lui se mai aşază încă 6-7 foi unse fiecare cu unt. Se dă la cuptor să se coacă rumen. Se taie în tavă, cu un cuţit bine ascuţit, pătrate care apoi se aşază pe farfurie.

## 653 Plăcintă cu carne

**Foaie de ştrudel, unt pentru formă.**

**Umplutura de carne la fel ca la ştrudel cu carne (v. 651). 2 linguri untură pentru uns foile.**

Se pregăteşte la fel ca plăcinta cu brînză (v. 652).

## 654 Plăcintă cu vişine

**Foaie de ştrudel, unt pentru formă, zahăr pudră vanilat.**

**Umplutura: 1 kg vişine curăţate de sîmburi, 500 g zahăr, 2 linguri unt pentru uns foile.**

Se pregăteşte la fel ca plăcinta cu brînză de vacă (v. 652), înlocuind umplutura de brînză cu vişine curăţate de sîmburi şi presărate cu zahăr. După ce s-a copt, se taie pătrate, se aşază pe farfurie şi se presară cu zahăr pudră vanilat.

## 655 Plăcintă cu mere

**Foaie de ştrudel, unt pentru formă, zahăr pudră vanilat.**

**Umplutura: 1 kg mere, 2-3 linguri apă, ½ pahar zahăr, 1 linguriţă scorţişoară pisată, 2 linguri unt pentru uns foile.**

Se curăţă merele de coajă, se rad pe răzătoarea de zarzavat sau se taie feliuţe foarte subţiri şi se pun la fiert cu 2-3 linguri de apă, amestecînd mereu, ca să nu se prindă de fundul cratiţei. Cînd merele s-au muiat, se adaugă zahărul şi se lasă să mai fiarbă încet pînă cînd devin ca o pastă. Se dau la o parte de pe foc şi se lasă să se răcească. Cînd s-au răcit bine, se adaugă scorţişoara. Se procedează mai departe la fel ca la plăcinta cu brînză de vacă (v. 652), înlocuind um-

plutura de brînză cu umplutură de mere. După ce s-a copt, se taie pătrate şi se presară cu zahăr pudră.

## 656 Plăcintă cu poale-n brîu

**1 kg făină, 30 g drojdie de bere, 1 ceaşcă lapte, 3 ouă, 2 linguri ulei, 1 lingură untură, 1 linguriță zahăr, sare, brănză de vacă (cantitatea după dorință), ou pentru uns aluatul, făină pentru formă.**

Într-un vas mai mare se freacă drojdia cu zahărul pînă ce devine lichidă, se adaugă două linguri de lapte călduț, puțină făină şi se amestecă bine cu lingura. Se lasă acoperit la loc călduț. Cînd a crescut puțin, se adaugă ouăle bătute cu laptele, uleiul şi untura, toate acestea călduțe. Se pune sare şi se frămîntă cu făină pînă ce aluatul se dezlipeşte de pe mînă şi de pe vas. Se acoperă cu un şervet şi se lasă să crească la loc cald.

Cînd aluatul a crescut, se întinde o foaie groasă de 1 cm. Se taie pătrate nu prea mari, se aşază la mijloc umplutura de brînză (preparată ca la rețeta 652) şi se aduc colțurile peste brînză în formă de plic, lipindu-se bine ca să nu iasă umplutura. Se presară cu făină tava de copt şi se aşază plicurile la distanță de 3-4 cm unul de altul. Se lasă să mai crească în tavă 15-20 min, se ung cu ou şi se coc.

## 657 Plăcințele prăjite

**3 linguri ulei, 1 pahar apă, 500 g făină, 2 linguri untură, sare. Umplutura poate fi: din carne (aceeaşi ca la plăcinta cu carne) v. 653; din brînză de vacă sau de oi (aceeaşi ca la plăcinta cu brînză) v. 652; din ficat, ciuperci sau marmeladă.**

Se prepară un aluat din ulei, apă, sare şi făină, care se frămîntă mai mult moale decît tare. Se lasă 10-15 min pe planşetă acoperit cu un şervet. Se întinde apoi o foaie ceva mai subțire decît un creion, se unge cu pana cu untură încălzită şi se împătureşte în trei pe latul foii. Din nou se unge cu untură, acum împăturind însă în trei pe lungul foii. Se lasă 10 min la rece. Se întinde iar foaia şi se repetă operația de ungere şi împăturire, de data aceasta împăturind întîi în trei pe lungul foii şi apoi, pe latul ei. După ce a stat 10 min la rece, se întinde o foaie ceva mai subțire decît un creion şi se taie pătrate cu latura de 7-8 cm. Se pune o linguriță din umplutura dorită. Se acoperă un colț cu colțul

opus, astfel încît să se obțină un triunghi. Plăcințelele se pot prăji în untură sau se pot coace la cuptor. Se pot servi şi la supă (bulion).

### 658 Baclava turcească

**Foaie de ştrudel, unt pentru formă.**
**Umplutura: 400 g nuci pisate, 300 g zahăr pisat, ½ linguriță scorțişoară pisată, 2 linguri unt încălzit. Sirop potrivit de gros din 300 g zahăr.**

Nucile pisate se amestecă cu zahărul pisat şi scorțişoara. Se taie din foaia de ştrudel bucăți de mărimea tăvii de copt. Se unge tava cu unt şi se aşază trei foi (bucăți tăiate) una peste alta, din nou se stropesc cu unt, şi se mai aşază trei foi una peste alta, din nou se stropesc cu unt, şi se mai aşază trei foi şi se unge cu unt. Peste aceste nouă foi se pune umplutura (în strat de 1 cm), iar peste umplutură alte nouă foi aşezate şi unse la fel ca foile de sub umplutură. Ultima foaie se unge bine cu unt, apoi cu un cuțit bine ascuțit şi muiat mereu în unt se taie pătrate nu prea mari şi se dă la cuptor. Cînd plăcinta este aproape coaptă, se toarnă peste ea siropul şi se lasă din nou la cuptor pînă este gata. Se scoate fiecare pătrat şi se aşază pe farfurie.

## Şodouri şi sosuri dulci

### 659 Şodou

**5 gălbenuşuri, 250 g lapte, 10 lingurițe zahăr, 5 lingurițe rom.**

Se freacă spumă gălbenuşurile cu zahărul, se adaugă treptat şi amestecînd mereu laptele clocotit, apoi romul. Se serveşte fierbinte în ceşti.

### 660 Şodou cu ciocolată

**5 gălbenuşuri, 4 linguri zahăr, 1 ceaşcă lapte, 3 linguri ciocolată rasă sau cacao (1 lingură), vanilie.**

Se fierbe laptele cu vanilia (baton). Cînd dă un clocot, se ia de pe foc şi se acoperă. Separat se freacă gălbenuşurile cu zahărul, se toarnă apoi laptele treptat, amestecînd mereu, şi se pune din nou cratița pe foc (nu se opreşte nici o clipă amestecarea) pînă începe să se îngroaşe compoziția şi dă primul clocot. Se dă la o parte, se adaugă ciocolata sau cacaua. Se serveşte în sosieră pentru budinci sau alte preparate.

## 661 Şodou cu vin

**100 g zahăr, 5 gălbenuşuri, 300 g vin alb, vanilie.**

Se freacă zahărul cu gălbenuşurile ca o cremă. Se pune la fiert vinul cu vanilia (baton) ca să dea un clocot, se ia de pe foc şi se toarnă peste gălbenuşurile frecate cu zahărul, cîte puţin amestecînd mereu (în acelaşi sens). Se pune din nou cratiţa pe foc (amestecînd neîncetat) pînă ce sosul începe să se îngroaşe şi dă primul clocot. Sae dă la o parte. Se serveşte în sosieră la budinci.

## 662 Sos de vanilie

**2 pahare lapte, 3 gălbenuşuri, 100 g zahăr, 1 lingură făină, ½ baton vanilie.**

Se pune la fier laptele cu vanilia; cînd începe să fiarbă se acoperă şi se ia de pe foc. Se freacă ouăle cu zahărul şi făina şi se toarnă laptele treptat, amestecînd. Fără să se înceteze amestecarea, se pune din nou la foc pînă începe să se îngroaşe sosul şi să dea un clocot. Se dă la o parte şi se amestecă pînă ce se răceşte. Se serveşte în sosieră la budinci sau alte preparate.

## 663 Sos de cafea

**Aceleaşi cantităţi ca la sos de vanilie în plus ½ ceşcuţă esenţă de cafea.**

Se prepară la fel ca sosul de vanilie (v. 662), adăugînd la sfîrşit în sos ½ ceşcuţă de esenţă de cafea strecurată.

## 664 Sos de zahăr ars

**150 g zahăr, 1 pahar lapte.**

Se ard într-o cratiţă 150 g zahăr (nu prea tare fiindcă devine amărui). Se sting cu lapte (în lipsa laptelui se poate stinge şi cu apă). Se serveşte în sosieră la budinci, griş cu lapte, orez cu lapte etc.

## 665 Sos de zmeură

**3 gălbenuşuri, 150 g zahăr, 250 g zmeură, 1 ceaşcă vin.**

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul, se adaugă zmeura curăţată şi bine strecurată prin sită, şi o ceaşcă de vin cald. Se pune la loc şi se amestecă mereu pînă începe să se îngroaşe. Se serveşte la budinci sau la alte preparate.



## 666 Sos de vin

**3 gălbenuşuri, 100 g zahăr, 2 pahare vin alb, 1 lingură făină.**

Se freacă bine zahărul cu ouăle şi făina. Se toarnă încet vinul călduț, amestecînd mereu. Se pune la foc pînă începe să se îngroaşe, fără să înceteze amestecarea; se dă la o parte cînd sosul începe să se răcească. Se serveşte în sosieră la budinci şi alte preparate.

# Sufleuri dulci

## 667 Sufleu cu lapte

**300 g lapte, 100 g zahăr, 40 g făină de cartofi, 30 g unt, 4 ouă, un vîrf de cuțit sare.**

Se pune la fiert laptele cu zahărul; cînd fierbe laptele se adaugă făina de cartofi amestecată cu puțin lapte rece în alt vas. Se lasă să clocotească totul timp de 2 min, apoi se ia de pe foc şi se adaugă untul, sarea gălbenuşurile unul cîte unul, amestecînd mereu, iar la sfîrşit albuşurile bătute spumă.

Se pune totul în forma pentru sufleu unsă şi se dă la copt (cam 20 min). Se serveşte imediat.

## 668 Sufleu cu smîntînă

**2 pahare smîntînă, 3 linguri făină, 5 ouă, ½ pahar zahăr, coaja rasă de la o lămîie.**

Se amestecă făina cu smîntîna într-un vas care se pune apoi pe foc fără să înceteze amestecatul pînă în clipa cînd începe să fiarbă. Se ia de pe foc şi se lasă să se răcească. Cînd s-a răcit, se adaugă gălbenuşurile frecate separat dinainte cu zahărul şi coaja de lămîie, se amestecă bine şi apoi se pun albuşurile bătute spumă. Se toarnă compoziția într-o formă unsă. Se lasă la copt cam 20 min. Se serveşte cald.

## 669 Sufleu de mere

**6 mere mari, 6-7 albuşuri, ½ pahar zahăr, scorțişoară pisată.**

Se bat spumă albuşurile şi se amestecă cu zahărul şi cu o pastă din mere obținută prin coacerea merelor şi trecerea

lor prin sită. Se adaugă scorţişoară pisată, se pune în formă smălţuită sau de piatră şi se ţine la cuptor 15-20 min. Se serveşte cald în formă.

### 670 Sufleu japonez

**200 g unt, 100 g ciocolată sau cacao, 200 g zahăr pudră, 1 lingură făină, 4 ouă, unt şi făină pentri formă.**

Se freacă untul cu zahărul ca o cremă şi cu gălbenuşurile adăugate unul cîte unul. Se adaugă apoi ciocolata sau cacaua, făina, iar după ce se amestecă, şi spuma de la albuşuri.
Compoziţia se toarnă într-o formă specială cu capac, ermetic închisă (forma se unge cu unt şi se presară cu făină). Această formă se introduce într-un vas cu apă clocotită şi se lasă pe foc la fiert 30 min. Se serveşte rece cu sos de vanilie (v. 662) sau cu sos de vin (v. 666).

# Budinci dulci

### 671 Budincă de smîntînă I

**6 ouă, 100 g zahăr, 4 linguri făină, 2 pahare smîntînă, vanilie, un praf de sare, coaja rasă de lămîie, unt şi pesmet pentru formă, sos de vin sau şodou de ciocolată.**

Se freacă gălbenuşurile cu zahărul şi vanilia, se adaugă făina şi apoi smîntîna. Se amestecă bine şi se pun sarea, coaja de lămîie şi la urmă albuşurile bătute spumă.
O formă specială, închisă cu capac ermetic, se unge cu unt, se presară cu pesmet, se umple cu compoziţia de mai sus şi se pune într-un vas cu apă clocotită aşezat pe foc. Se fierbe 30 min. Se serveşte caldă, cu sos de vin (v. 666) sau cu şodou de ciocolată (v. 660).

### 672 Budincă de smîntînă II

**500 g smîntînă, 6 ouă, 5 linguri făină, coaja de la ½ lămîie, 4 linguri zahăr, 1 praf sare, unt şi pesmet pentru formă, sos de vin.**

Se freacă spumă gălbenuşurile cu zahărul şi sarea, se amestecă cu coaja rasă de lămîie şi făina, apoi se pune smîntîna, se amestecă bine, adăugînd la urmă albuşurile spumă.

Se toarnă compoziția într-o formă de budincă unsă cu unt şi presărată cu pesmet, şi se dă la cuptor la foc potrivit 25-30 min, pînă se rumeneşte. Se serveşte caldă cu sos de vin (v. 666).

## 673 Budincă de nuci I

**60 g făină, 60 g unt, 80 g zahăr, 4 ouă, 250 g nuci pisate şi opărite cu 250 g lapte, un pumn de nuci pisate, neopărite, 1 praf vanilie, şodou de ciocolată, zahăr pudră pentru formă.**

Se freacă untul cu zahărul, vanilia şi gălbenuşurile puse unul cîte unul, se adaugă făina şi se amestecă, apoi nucile opărite în lapte şi se amestecă mereu. Se pun albuşurile bătute spumă şi nucile neopărite. Se toarnă compoziția într-o formă închisă cu capac (forma se presară cu zahăr pudră) şi se aşază într-un vas cu apă clocotită. Se fierbe 30 min. Se serveşte caldă cu şodou de ciocolată (v. 660).

## 674 Budincă de nuci II

**150 g nuci pisate, 150 g unt, 150 g zahăr, 8 ouă, 3 linguri rom, 1 lingură pesmet pisat fin, 1 praf vanilie, unt pentru formă.**

Se freacă spumă untul cu zahărul, se adaugă gălbenuşurile unul cîte unul, amestecînd mereu în acelaşi sens 15 min. Se adaugă nucile, romul şi o lingură de pesmet, amestecînd cu lingura foarte încet. Tot astfel albuşurile bătute spumă. Se unge cu unt o formă închisă, se pune compoziția şi se aşază în alt vas cu apă clocotită, lăsînd să fiarbă 30 min.

## 675 Budincă de orez I

**1 ceaşcă orez, 2 l apă, 100 g unt, 3 ouă, 150 g zahăr, 1 praf vanilie, coaja rasă de lămîie, 150 g stafide, 1 praf sare, unt şi pesmet pentru formă.**

Se fierbe orezul în apă puţin sărată, se strecoară şi se spală în apă rece, se lasă să se scurgă bine.

În acest timp se freacă untul cu zahărul, se adaugă gălbenuşurile, unul cîte unul, vanilia, orezul scurs, sarea, coaja de lămîie, stafidele şi albuşurile bătute spumă. Se amestecă uşor şi se aşază într-o formă de budincă unsă cu unt şi presărată cu pesmet. Se lasă în cuptor pînă ce se rumeneşte.

## 676 Budincă de orez cu vin

**200 g orez, 1 kg vin roşu, 10 linguri zahăr, 1 linguriță scorţişoară, 150 g unt, 6 ouă, 1 praf sare, unt şi pesmet pentru formă, zahăr pudră.**

Se fierbe orezul cu vinul şi 5 linguri de zahăr, pînă ce se îngroaşă. Se lasă să se răcească, apoi se freacă cu untul şi

cu alte 5 linguri de zahăr. Se adaugă gălbenuşurile unul cîte unul, amestecînd bine, apoi scorţişoara, sarea şi spuma de albuşuri.
Se pune în forma de budincă unsă cu unt şi presărată cu pesmet, se dă la cuptor şi se ţine pînă ce se rumeneşte (30-40 min). Se răstoarnă pe farfurie şi se pudrează cu zahăr pudră.

## 677 Budincă de orez II

**300 g orez, 4 ceşti lapte, ¾ pahar zahăr, 100 g unt, 100 g stafide, 4 ouă, vanilie (baton), 1 praf sare, unt pentru formă.**

Se spală şi se pune la fiert orezul cu laptele şi vanilia, la foc mic. Cînd orezul este pe jumătate fiert, se adaugă zahărul şi sarea şi se lasă să mai fiarbă pînă ce laptele a scăzut cu totul şi orezul este moale. Se lasă să se răcească, apoi se adaugă gălbenuşurile unul cîte unul, stafidele şi la urmă spuma de albuşuri. Se amestecă uşor şi se aşază în forma de budincă unsă cu unt. Se lasă la copt pînă ce se rumeneşte. Se răstoarnă pe farfurie şi se serveşte cu sos de vin (v. 666).

## 678 Budincă de griş cu vin

**100 g griş, 250 g vin alb, 200 g apă, 150 g zahăr, vanilie, 3 ouă, 1 linguriţă zahăr tos şi unt pentru formă, sos de vanilie.**

Se pune la fiert apa cu vinul, zahărul şi vanilia. Cînd începe să clocotească, se adaugă grişul în ploaie şi se amestecă neîncetat pînă fierbe. Se ia de pe foc, se adaugă gălbenuşurile unul cîte unul, amestecînd neîncetat şi repede, apoi se pun albuşurile bătute spumă şi se toarnă pasta obţinută în forma de budincă unsă cu unt şi presărată peste tot cu zahăr tos. Forma trebuie să fie cu capac închisă ermetic. Se pune într-un vas cu apă clocotită aşezat pe foc. Se fierbe 30-35 min. Se serveşte cu sos de vanilie (v. 662).

## 679 Budincă de griş

**5 linguri griş, 2 ceşri lapte, 150 g zahăr, 2 linguri unt, 3 ouă, 50 g stafide, vanilie, 1 praf sare, unt pentru formă, sos de vin sau şodou de ciocolată.**

Se pune pe foc într-o cratiţă laptele cu vanilia şi zahărul. Cînd începe să fiarbă se pune grişul, puţin cîte puţin (în ploaie), amestecînd mereu cu lingura, se adaugă sare şi se lasă să fiarbă pînă se obţine o mămăliguţă moale. Se ia de pe foc şi se adaugă untul, se amestecă şi se lasă să se ră-

cească. Se pun gălbenuşurile unul cîte unul, stafidele şi albuşurile bătute spumă. Se amestecă uşor şi se aşază în forma de budincă unsă cu unt (formă specială cu capac închis ermetic). Forma se pune într-un vas cu apă clocotită şi se lasă să fiarbă 40 min. Se serveşte cu sos de vin (v. 666) sau cu şodou de ciocolată (v. 660).

## 680 Budincă de griş şi ciocolată

**Aceleaşi cantităţi ca la budinca de griş. În locul stafidelor se pun 3 linguri de ciocolată rasă sau cacao.**

Se prepară la fel ca budinca de griş (v. 679).

## 681 Budincă cu brînză de vacă I

**500 g brînză bine scursă de zer, 150 g unt, 5 ouă, 2 linguri făină, sare (cît este necesar), unt pentru formă.**

Se freacă untul spumă, se adaugă brînza dată prin sită şi gălbenuşurile unul cîte unul. Se amestecă bine, se pune sare ca pasta să devină suficient sărată (după gust) şi făină. Se unge cu unt o formă de budincă cu capac închis ermetic, se aşază compoziţia şi se fierbe într-un vas cu apă clocotită, timp de 40 min.

## 682 Budincă de mere

**5-6 mere creţeşti, 2 franzeluţe cu lapte (reci de 2-3 zile), 3 pahare cu lapte, 3 ouă, 50 g stafide sau vişine din dulceaţă, ½ pahar zahăr, 100 g unt, 1 praf vanilie, 1 praf sare, unt şi pesmet pentru formă.**

Se curăţă merele de coajă, se taie în două, se scoate căsuţa cu sîmburi şi se taie felii de grosimea unui deget. Franzeluţele se taie de asemenea în felii de grosimea unui deget şi fiecare felie se moaie bine în ouăle bătute cu furculiţa şi amestecate cu laptele, vanilia şi sarea.
Se unge bine cu unt o formă rotundă sau o cratiţă, se presară cu pesmet şi se capitonează cu felii de franzeluţă muiată. Peste feliile de franzeluţă de pe fundul formei se aşază un rînd de mere tăiate, se presară puţin zahăr şi stafide sau vişine din dulceaţă. Apoi se aşază un rînd de felii de franzeluţă muiată şi peste ele din nou mere tăiate, puţin zahăr, stafide sau vişine.
Se procedează astfel pînă se isprăvesc merele. Ultimul rînd trebuie să fie din felii de franzeluţă. Se toarnă pe deasupra

laptele cu ou rămas de la muiatul feliilor de franzeluță şi pe toată suprafața se pun felii subțiri de unt.
Se coace la foc potrivit pînă cînd se rumeneşte. Se serveşte fierbinte.

683

## Budincă de mălai dulce

**3 ceşti mălai, 1 ceaşcă făină albă, 4 linguri zahăr, 4 linguri ulei, ½ linguriță sare, 1 sifon, un vîrf de cuțit bicarbonat, ulei şi făină pentru formă, zahăr pudră vanilat.**

Se pun într-un castron mălaiul, făina, zahărul, sarea, bicarbonatul şi uleiul. Se amestecă cu lingura, adăugînd cîte puțin sifon. După ce s-a pus tot sifonul, se lasă 10-15 min, apoi se amestecă din nou şi se pune compoziția într-o tavă unsă cu ulei şi presărată cu făină. Se dă la cuptor, la foc potrivit, şi se lasă să se rumenească.
În compoziție se poate amesteca puțin rahat tăiat cuburi mici sau fructe din dulceață.
Se serveşte tăiată bucăți pătrate nu prea mari, presărate cu zahăr pudră vanilat.

684

## Budincă cu brînză de vacă II

**750 g brînză de vacă, 100 g unt, 2 linguri smîntînă, 1 lingură făină, 3 linguri zahăr, 100 g stafide, 4 ouă, coaja rasă de la o lămîie, un praf sare, unt şi pesmet pentru formă, sos de vanilie.**

Brînza de vacă, fătă zer, se dă prin sită, se pune într-un castron şi se freacă cu zahărul, smîntîna, sarea, untul încălzit şi coaja de lămîie. Se adaugă făina şi stafidele şi se amestecă bine, apoi gălbenuşurile, unul cîte unul, şi spuma de albuşuri. Se aşază într-o formă de budincă unsă cu unt şi presărată cu pesmet. Se dă la cuptor, la foc potrivit şi se lasă pînă ce se rumeneşte. Se serveşte cu sos de vanilie (v. 662).






# Dulceți

Dulceața se pregăteşte într-un vas special căruia nu i se dă niciodată altă întrebuințare. Poate fi un vas smălțuit sau de aramă. Cînd zahărul este aproape legat, se şterg pereții vasului cu un şervate muiat în apă, ca să nu rămînă spumă de zahăr depusă, aceasta contribuind în mare măsură la zaharisirea dulceții.

Este de preferat să se întrebuințeze zahăr cubic.

La dulcețile care se prepară cu vanilie, aceasta se pune o dată cu fructele; vanilina se adaugă însă numai după ce luăm vasul de pe foc. Cînd dulceața este gata, vasul trebuie acoperit cu un şervet udat în apă şi bine stors.

Dulceața nu se pune în borcane decît după ce s-a răcit complet, iar borcanele trebuie să fie foarte bine spălate şi şterse cu un şervet curat şi uscat.

Se leagă cu celofan şi se păstrează la loc uscat.

## 685 Dulceață de trandafiri

**1 kg zahăr, 0,750 l apă, 250 g petale de trandafiri cu părțile albe tăiate, ½ linguriță sare de lămîie, zeama de la o lămîie.**

Se pune la fiert zahărul cu apa şi cu zeama de lămîie, pînă ce se leagă bine.

În timpul fiertului, se strînge cu lingura spuma care se formează, pînă cînd siropul se curăță bine. În timpul cît se leagă zahărul, se presară peste petalele de trandafir sarea de lămîie şi se frămîntă bine cu mîna. Cînd siropul s-a legat,

se pun petalele de trandafir astfel pregătite şi se lasă să fiarbă.
Se pune în borcane după ce s-a răcit bine.

## 686 Dulceaţă de trandafiri nefiartă

**1 kg zahăr, 250 g petale de trandafiri.**

Într-un borcan sau într-o ulcică de lut se pune un strat de zahăr, un strat de petale de trandafiri şi aşa pînă cînd se umple borcanul, avînd grijă ca ultimul strat să fie de zahăr, peste care se aştern două sau trei foi de hîrtie albă, tăiată după mărimea gurii vasului. Se leagă vasul cu două rînduri de celofan, apoi cu o coală de hîrtie albă şi se păstrează la loc răcoros, uscat şi întunecos.
În timpul iernii avem o delicioasă dulceaţă de trandafiri.

## 687 Dulceaţă de vişine

**4 pahare pline de vişine curăţate de cozi şi sîmburi, 1 kg zahăr tos, zeama de la ½ lămîie.**

Se curăţă vişinele de cozi, se spală şi, cu un ac, se scot încet sîmburii. Se aşază într-un vas un strat de vişine, un strat de zahăr, din nou un strat de vişine şi un strat de zahăr. Se aşază vasul (cratiţă sau tingire) pe marginea maşinii pînă se topeşte zahărul. Apii se adaugă zeama de lămîie şi se pune cratiţa la foc iute. Cînd s-a legat bine, se ia de pe foc, se acoperă cu un prosop udat şi bine stors. Se pune în borcane după ce s-a răcit.

## 688 Dulceaţă de cireşe amare

**Aceleaşi cantităţi ca la dulceaţa de vişine.**

Se prepară la fel ca dulceaţa de vişine (v. 687).

## 689 Dulceaţă de fragi

**1 kg zahăr, 3 pahare apă, 750 g fragi, zeama de la două lămîi.**

Se curăţă fragii de codiţe, se stropesc cu zeama de la două lămîi şi se ţin astfel timp de o oră.
Se pune zahărul la legat, curăţind siropul de impurităţi (spuma care se formează). Cînd siropul este bine legat, se pun fragii şi se lasă să fiarbă dulceaţa pînă se leagă bine, curăţind mereu spuma care se formează. Se ia de pe foc,

se acoperă cu un şervet ud şi stors şi se lasă astfel pînă se răceşte. Apoi se pune cu atenţie în borcane, să nu se strivească fructele.

## 690 Dulceaţă de căpşuni

**Aceleaşi cantităţi ca la dulceaţa de fragi.**

Se aleg numai fructele tari şi frumoase.
Se prepară la fel ca dulceaţa de fragi (v. 689).

## 691 Dulceaţă de zmeură

**Aceleaşi cantităţi ca la dulceaţa de fragi.**

Fructele se aleg cu o scobitoare înlăturînd cele zdrobite.
Se prepară la fel ca dulceaţa de fragi (v. 689).

## 692 Dulceaţă de mure

**Aceleaşi cantităţi ca la dulceaţa de fragi, în plus o bucată de vanilie baton.**

Fructele se aleg cu o scobitoare înlăturînd cele zdrobite.
Se prepară la fel ca dulceaţa de fragi (v. 689).

## 693 Dulceaţă de caise coapte

**1 kg zahăr, 0,750 l apă, 25-26 caise coapte şi tari, zeama de la ½ lămîie.**

Se curăţă caisele de coajă şi de sîmburi şi se pun în apă de var pentru 20 min. Se scot din apa de var şi se spală bine cu apă rece. Se pun pe un şervet perfect curat şi se scot sîmburii. Sîmburii se sparg, se curăţă de pieliţă şi se pun la loc în fiecare caisă.
În acest timp se pune la legat zahărul (v. 685). Cînd zahărul este aproape legat se adaugă caisele şi zeama de lămîie. Se lasă să fiarbă la foc mic pînă se leagă bine, apoi se ia vasul de pe foc şi se acoperă cu un şervet udat şi stors, lasînd astfel pînă a doua zi. Se pune în borcane cu mare atenţie să nu se strice caisele.

## 694 Dulceaţă de prune coapte

**1 kg zahăr, ¾ l apă, 40-42 prune frumoase, 1 bucăţică baton vanilie.**

Se prepară la fel ca dulceaţa de caise coapte (v. 693), cu deosebire că sîmburii se aruncă.

## 695 Dulceață de gutui rase

**1 kg zahăr, 0,750 l apă, 2 gutui mari.**

Gutuile se curăță de coajă şi se dau prin răzătoarea mare. Se pun imediat în zahărul legat. Se fierb încet pînă se leagă bine. Se ia cratița de pe foc şi se acoperă cu un şervet ud şi stors. Se aşază în borcane după ce s-a răcit.

## 696 Dulceață de prune verzi

**1 kg zahăr, 1 l apă, 4 pahare umplute cu prune verzi cu sîmburele neîntărit, zeama de la ½ lămîie, 1 baton vanilie.**

Se pune la fiert zahărul cu apa, se curăță de spumă şi se lasă să se lege.

În acest timp se înțeapă prunele cu acul în cîteva locuri, se spală cu apă rece şi se leagă într-un tifon. Astfel legate se scufundă de trei ori într-o oală cu apă clocotită. Se scot din tifon şi se pun într-o sită ca să se scurgă bine.

Cîn zahărul este legat – nu însă prea tare – se pun prunele, zeama de lămîie şi vanilia. Se lasă să fiarbă la foc încet pînă se leagă bine. Dacă în timpul fiertului cu prunele se ridică spumă, se spumează. Cînd este suficient de legată, se ia de pe foc, se acoperă cu un şervet udat şi stors. Se aşază rece în borcane.

## 697 Dulceață de gutui pentru copii

**2,5 kg gutui coapte şi frumoase, 1 kg zahăr.**

Se spală gutuile şi se şterg. Se taie cîte un căpăcel la fiecare capăt şi se aruncă. Apoi cu un cuțit foarte bine ascuțit se taie fiecare gutuie rotogoale de grosimea unui deget (nu se curăță nici coaja, nici semințele).

Într-un vas de fiert dulceață, de preferință o cratiță smălțuită, se toarnă jumătate pahare de apă, se presară două linguri de zahăr şi se aşază un rînd de gutui, se presară peste ele o lingură de zahăr şi se aşază alt rînd de gutui. Se procedează astfel pînă cînd sînt aşezate toate rotogoalele de gutui, iar peste ele se mai toarnă apă cît să le acopere. Se lasă să fiarbă la foc foarte încep pînă cînd gutuile devin roşii şi aproape transparente.

Nu trebuie să se amestece. Se scutură mereu cratița.

Se aşază caldă în borcane încălzite, punînd încet cîte o felie de gutuie. După ce se umple un borcan, se toarnă deasupra

siropul. Se leagă a doua zi cînd siropul se încheagă ca o gelatină.
Se serveşte cîte o felie întreagă de gutuie garnisită cu miez de nucă.

## 698 Dulceaţă de caise verzi

**Aceleaşi cantităţi ca la dulceaţa de prune verzi.**

Se prepară la fel ca dulceaţa de prune verzi (v. 696). Caisele trebuie să aibă sîmburele neîntărit.

## 699 Dulceaţă de pătlăgele verzi (gogonele)

**40 de gogonele de mărimea prunelor, 1 kg zahăr, ½ baton vanilie, zeama de la o lămîie, 0,750 l apă.**

Fiecare pătlăgică se taie în jurul cotorului, scoţîndu-se pe aici, cu ajutorul unui ac de păr, toată sămînţa.
Se pregătesc pe maşina de gătit trei vase cu apă clocotită. Se pun pătlăgelele curăţate de sîmburi în primul vas şi se lasă să fiarbă cam 4-5 min. Se scot din această apă şi se pun din nou la fiert în al doilea vas cu apă clocotită, lăsîndu-le să fiarbă cam 10 min. Se scot şi se pun la fiert pentru a treia oară în cel de-al treilea vas cu apă clocotită timp de 10 min, apoi se pun în apă rece, se scoate repede pieliţa de pe ele şi se aşază pe un şervet să se zvînte.
În acest timp s-a pus zahărul la legat cu 0,750 l apă, s-a luat spuma şi s-a adăugat vanilia. Cînd siropul este legat, nu însă prea tare, se pun pătlăgelele şi zeama de lămîie. Se lasă să fiarbă la foc încet, curăţind spuma care se mai formează, pînă cînd dulceaţa este bine legată. Se ia de pe foc, se acoperă cu un ştergar ud şi se pune în borcane după ce s-a răcit.

## 700 Dulceaţă de nuci verzi

**1 kg zahăr, 3 pahare apă, 650 g nuci verzi curăţate, ½ pahar miere de albine, ½ baton vanilie, zeama de la ½ lămîie.**

Se curăţă nucile de coaja verde şi, pe măsură ce se curăţă, se pun într-un vas cu apă rece, ca să nu se înnegrească. Se cîntăresc exact 650 g.
Se pun apoi nucile într-un vas cu apă clocotită şi se ţin 15 min. Se strecoară şi se pun în alt vas cu apă rece tot pentru 15 min. Această operaţie (trecere de la apă clocotită la apă rece) se repetă de trei ori.

În acest timp se pune zahărul la legat, se spumează, se adaugă mierea de albine şi vanilia. Cînd zahărul este legat dar nu prea tare, se pun nucile şi zeama de lămîie, lăsînd să fiarbă pînă se leagă dulceaţa bine. Se ia de pe foc, se acoperă cu un şervet udat şi stors. Se pune la borcane, rece.

# Marmelade

## 701 Marmeladă delicioasă de portocale

**4 portocale mari, 1 lămîie, atîta zahăr cît cîntăresc portocalele împreună cu lămîia şi apa în care au fiert, apă – de trei ori cît cîntăresc portocalele cu lămîia, zeama de la o lămîie.**

Se spală portocalele şi lămîia. Se taie fiecare în 16 felii în lung, iar apoi fiecare felie în două. Astfel se obţin 32 bucăţi din fiecare fruct. Se cîntăresc şi se pune de trei ori atîta apă. Se lasă astfel 24 ore. După aceea se pun la fiert şi se ţin timp de o oră din momentul cînd încep să fiarbă. Se iau de pe foc şi se adaugă zeama de lămîie, lăsînd din nou la rece încă 24 de ore. Se cîntăresc din nou portocalele cu apa în care au fiert şi se adaugă tot atîta zahăr (zahărul se pune după ce lăsăm mai întîi să se înfierbînte portocalele şi apa). Se fierbe 40-50 min.
Se pune caldă în borcane încălzite şi se leagă după ce s-au răcit.

## 702 Marmeladă de caise

**1 kg caise coapte, 400 g zahăr.**

Se spală caisele şi se scot sîmburii. Se dau prin maşina de tocat, se amestecă cu zahărul şi se lasă la rece 2-3 ore. Se pun la fiert şi se ţin 50 min din clipa cînd încep să fiarbă, amestecînd neîncetat ca să nu se prindă de fundul vasului. Se pune caldă în borcane (borcanele trebuie puţin încălzite). Se leagă borcanele după ce marmelada s-a răcit.

## 703 Marmeladă de prune

**1 kg prune, 300 g zahăr.**

Se prepară la fel ca marmelada de caise (v. 702).

## 704 Marmeladă de mere

**1 kg mere creţeşti, 500 g zahăr.**

Merele curăţate de coajă şi sîmburi se taie bucăţi şi se dau prin maşina de tocat. Se adaugă zahărul, se amestecă bine şi se lasă 2-3 ore la rece. Se pun la fiert, amestecînd mereu pînă se îngroaşă bine.

## 705 Marmeladă de zmeură

**1 kg zmeură, 750 g zahăr pisat.**

Se curăță zmeura şi se dă prin sită, se amestecă cu zahărul şi se pune la fiert la foc mic, amestecînd mereu. Cînd zahărul s-a topit, se face focul puțin mai tare, lăsînd să fiarbă 40-50 min din clipa cînd a dat primul clocot. Se aşază fierbinte în borcane şi se leagă cînd este complet rece.

## 706 Marmeladă de fragi

**1,5 kg vişine, 500 g zahăr, vanilie.**
**fragi, 750 g zahăr, zeama de la o lămîie.**

Se prepară la fel ca marmelada de zmeură (v. 705), cu singura deosebire că se adaugă, după ce zahărul s-a topit, zeama de la o lămîie.

## 707 Marmeladă de căpşuni

**1 kg căpşuni, 750 g zahăr, zeama de la o lămîie.**

Se prepară la fel ca marmelada de fragi (v. 706).

## 708 Marmeladă de vişine

**1,5 kg vişine, 500 g zahăr, vanilie.**

Vişinele, spălate şi curățate de sîmburi, se dau prin maşina de tocat. Se pune zahărul, se amestecă şi se lasă două ore la rece. Se pune la fiert cu o bucată de vanilie baton, amestecînd mereu timp de 50 min. Se toarnă fierbinte în borcane încălzite şi se leagă după ce s-a răcit.

## 709 Marmeladă de vişine pentru umplutură

**12 pahare vişine curățate de sîmburi, 1 kg zahăr, vanilie, 2 pahare apă.**

Se pune la fiert zahărul cu apa; cînd începe să clocotească se adaugă vişinele şi vanilia. Se fierbe pînă ce se leagă bine. Se pune fierbinte în borcane încălzite. Se leagă după ce s-a răcit. Se întrebuințează pentru umplutură la clătite, prăjituri, cornulețe etc.

## 710 Marmeladă de vişine cu morcovi pentru umplutură

**4 pahare vişine fără sîmburi, 8 pahare morcovi curățați şi tăiați în cuburi mici, 2 pahare apă, vanilie, 1 kg zahăr.**

Se fierb morcovii pînă devin moi, se scurg şi se clătesc în apă rece.

În acest timp se pun pe foc zahărul şi cele două pahare cu apă; cînd începe să clocotească se adaugă morcovii, vişinele

şi vanilia. Se fierbe pînă se leagă bine şi rămîne puţină zeamă. Se pune fierbinte în borcane încălzite. Se leagă după ce s-a răcit.

### 711 Marmeladă melanj

**1 kg mere, 1 kg pere, 1 kg prune, 1,5 kg zahăr, 1 pahar apă.**

Se curăţă de coajă merele şi perele, se scot sîmburii (şi la prune). Se taie fructele bucăţi şi se dau prin maşina de tocat, se amestecă cu zahărul şi cu un pahar de apă. Se pun să fiarbă la foc mic pînă se îngroaşă bine. Se aşază fierbinte în borcane încălzite. Se leagă după ce s-a răcit.

## Şerbeturi

*Fierberea zahărului pentru şerbet.* La 1 kg de zahăr sînt necesare 600-700 g apă, ca să se topească bine. Se pune la fiert la foc iute, se spumează, iar pereţii vasului se şterg cu un şervet ud, ca să se evite zaharisirea.

Se fierbe pînă cînd siropul se îngroaşă şi se poate apuca cu două degete muiate în apă rece, formînd din el o boabă, nu prea tare. Se mai poate încerca punînd o picătura de sirop într-o ceşcuţă cu apă rece; dacă se formează un bob care nu se desface, zahărul este bine legat, se ia cratiţa de la foc şi se acoperă cu un şervet ud. Se lasă să se răcească pînă rabdă degetul, apoi se ia la frecat cu vergeaua sau cu o lingură de lemn, pînă se obţine o pastă consistentă, albă.

Spre sfîrşit se adaugă zeama de lămîie sau, în lipsă, puţină sare de lămîie dizolvată în apă.

Dacă şerbetul pare prea tare, se adaugă cîte puţină apă şi se freacă pînă devine suficient de moale.

### 712 Şerbet de ciocolată

**2 batoane de ciocolată (sau 2 linguri pline de cacao), 1 kg zahăr, 700 g apă, 1 linguriţă zeamă de lămîie.**

Se pune la fiert zahărul cu apa la foc foarte mic. Se spumează, se şterg pereţii vasului cu un şervet ud şi se lasă să fiarbă la foc mai iute. Cînd este aproape legat, se adaugă ciocolata rasă sau cacaua dizolvată în puţină apă călduţă.

Se lasă să se lege cît trebuie, apoi se ia la frecat, adăugînd la sfîrşit zeama de lămîie, puţin cîte puţin.

## 713 Şerbet de zahăr ars

**1 kg zahăr, 100 g zahăr pentru ars, 600 g apă.**

Se arde zahărul, se stinge cu apa şi se strecoară printr-un şervet. Se adaugă zahărul şi se pune la fiert.
Se procedează apoi ca la şerbetul de ciocolată (v. 712).

## 714 Şerbet de cafea

**1 kg zahăr, 500 g apă, 2 pahare cafea concentrată strecurată.**

Se prepară ca şerbetul de zahăr ars (v. 713), adăugînd la fiertul zahărului două pahare de cafea concentrată şi bine strecurată.

## 715 Şerbet de vanilie

**1 kg zahăr, ½ baton vanilie, 600 g apă.**

Se fierbe zahărul cu apa şi cu vanilia despicată în două. Mai departe se procedează ca la şerbetul de ciocolată (v. 712). Cînd se ia la frecat se scoate vanilia.

## 716 Şerbet de migdale

**Cojile de la 1 kg migdale dulci, 1 kg zahăr, 4 kg apă, 2 linguri miez de migdale dulci pisate, 2-3 miezuri de migdale amare.**

Se spală bine cu apă cojile lemnose de migdale. Se pun la fiert timp de o jumătate de oră. Se strecoară prin pînză deasă şi se pune la fiert 1 l de zeamă cu zahărul. Cînd siropul s-a legat, se ia la frecat (călduţ). La urmă se adaugă două linguri migdale uscate şi pisate şi 2-3 migdale amare, uscate şi pisate.

## 717 Şerbet de alune prăjite

**150 g alune, 1 kg zahăr, 3 pahare apă.**

Se moaie zahărul cu apa şi se pune la fiert la foc mic, la început. Se curăţă de spumă, se şterg pereţii vasului cu un şervet curat, ud, se face focul mai iute şi se lasă să fiarbă pînă ce zahărul este legat. Se lasă să se răcorească puţin şi se freacă pînă este aproape gata. Se adaugă alunele prăjite în cuptor, curăţate de pieliţă şi pisate mărunt, şi se mai freacă pînă este gata.

## 718 Şerbet de trandafiri

**1 kg zahăr, 750 g apă, 150 g foi de trandafir, zeama de la ½ lămîie.**

Petalele de trandafir, curăţate de părţile albe, se freacă cu un vîrf de cuţit de sare de lămîie şi se pun la fiert cu apa.

După ce au dat cîteva clocote, se iau de pe foc, se acoperă şi se lasă 10-15 min, apoi se strecoară printr-un şervet. Zeama de trandafiri se pune la fiert cu zahărul, se spumează, se şterg pereţii vasului cu un şervet ud şi se lasă să fiarbă la foc iute pînă se leagă suficient. Se ia la frecat cald şi cînd începe să se albească, se adaugă zeama de lămîie.
Dacă şerbetul pare a fi prea tare, se poate subţia cu o lingură de zeamă de trandafiri sau cu zeamă de lămîie.

## 719 Şerbet de zmeură

**1 kg zahăr, 2 pahare apă, 500 g zmeură, 1 lingură zeamă de lămîie.**

Zmeura, curăţată şi spălată, se fierbe cu apa cîteva minute; se strecoară printr-un şervet perfect curat storcînd bine. Zeama obţinută se fierbe cu zahărul, se spumează, se şterge cratiţa cu un şervet ud şi se lasă să fiarbă la foc mai iute pînă este suficient de legată. Se ia la frecat mai cald, adăugînd, cînd începe să se albească, zeama de lămîie.
Dacă pare a fi prea tare, se poate subţia cu o lingură de zeamă de zmeură.

## 720 Şerbet de căpşuni

**1 kg zahăr, 2 pahare apă, 500 g căpşuni, 1 lingură zeamă de lămîie.**

Se prepară ca şerbetul de zmeură (v. 719).

## 721 Şerbet de fragi

**1 kg zahăr, 2 pahare apă, 500 g fragi, 1 lingură zeamă de lămîie.**

Se prepară ca şerbetul de zmeură (v. 719).

## 722 Şerbet de cireşe amare

**1 kg cireşe amare, 2 pahare apă, 1 kg zahăr, zeama de la ½ lămîie.**

Cireşele, spălate, se pun la fiert cu apa şi se lasă să fiarbă 15 min. Se iau de pe foc, se lasă să se răcească şi se strecoară. Zeama se mai strecoară o dată prin tifon, se pune zahărul şi se fierbe la foc mic la început şi mai iute după ce se curăţă de spumă. Cînd s-a legat bine, se ia de pe foc, se lasă să se răcească, apoi se freacă, adăugînd la urmă zeama de lămîie, puţin cîte puţin.

## 723 Şerbet de flori de salcîm

**750 g flori de salcîm, 1 kg zahăr, 1 l apă, zeama de la ½ lămîie.**

Se curăţă floarea de salcîm la fel ca petalele de trandafir (v.685) şi se pune la fiert cu 1 l apă. După ce dă cîteva clocote, se ia de pe foc, se acoperă, se lasă să se răcească, apoi se strecoară printr-o sită foarte deasă, de păr, sau prin tifon.

Zeama strecurată se pune la fiert cu zahărul (de preferinţă cubic) la început la foc mai mic, iar după ce se curăţă de spumă, la foc mai iute, ştergînd pereţii vasului cu un şervet curat şi ud, şi se lasă să fiarbă pînă se leagă zahărul.

Cînd este călduţ, se ia la frecat, adăugînd la sfîrşit zeama de lămîie, puţin cîte puţin.

## 724 Şerbet de violete

**Aceleaşi cantităţi ca la şerbet de flori de salcîm.**

Se prepară la fel ca şerbetul de flori de salcîm (v. 723).

# Compoturi

Fructele pentru compot trebuie alese să nu fie stricate, să nu fie viermănoase şi să nu fie prea tare coapte.

Compotul se fierbe la foc încet şi totdeauna în vas acoperit. Nu se amestecă niciodată cu lingura, ca să nu se strivească fructele.

Se prepară într-un vas care nu este întrebuinţat pentru mîncare.

## 725 Compot de cireşe amare

**1 kg cireşe, 3 linguri zahăr, apă cît să acopere fructele, o bucăţică vanilie baton.**

Se curăţă şi se aleg cireşele, se spală; se pun într-un vas în care nu se face mîncare, se adaugă zahărul, vanilia şi apă cît să acopere fructele. Se lasă să fiarbă, dînd cîteva clocote. Se serveşte rece.

## 726 Compot de vişine

**1 kg vişine, 4-5 linguri zahăr, apă cît să acopere fructele, o bucăţică vanilie baton.**

Se curăţă, se aleg cireşele şi se spală fructele. Se pun într-un vas în care nu se prepară mîncare, se adaugă vanilie, zahăr şi

apă cît să acopere vişinele. Se fierbe pînă cînd dă 5-6 clocote. Se serveşte rece.

## 727 Compot de caise

**1 kg caise tari, 300 g zahăr, 3 pahare apă, zeama de la ½ lămîie.**

Se pun la fiert zahărul şi apa. În acest timp se curăţă caisele de pieliţă şi se lasă să stea în apă rece. Cîn zahărul s-a topit bine, se adaugă caisele, pe care le scoatem din apa rece, şi zeama de lămîie. Se lasă să fiarbă la foc mic pînă dau cîteva clocote, soumînd în timpul fierberii. Se serveşte rece.

## 728 Compot de piersici

**Aceleaşi cantităţi ca la compotul de caise.**

Se prepară în acelaşi fel ca şi compotul de caise (v. 727), cu singura deosebire că piersicile se taie în două şi se scot sîmburii.

## 729 Compot de prune

**1 kg prune, 0,5 l apă, 300 g zahăr, zeama de la o lămîie, o bucăţică de vanilie baton.**

Se pun la fiert zahărul şi apa. În acest timp se curăţă fiecare prună de pieliţă şi se moaie în zeamă de lămîie. Astfel pregătite, se pun prunele în sirop, se adaugă vanilia şi puţină zeamă de lămîie. Se lasă să fiarbă 5-6 min, din momentul cînd începe să fiarbă, luînd spuma care se formează. Se serveşte rece.

## 730 Compot de pere

**1 kg pere, 3 pahare apă, 300 g zahăr, zeama de la o lămîie, o bucăţică de scorţişoară, 2-3 cuişoare.**

Se curăţă perele de coajă şi se taie în patru; se curăţă sămînţa. Fiecare bucăţică se moaie în zeamă de lămîie.
În acest timp se pun la fiert zahărul şi apa, se adaugă perele, scorţişoara şi cuişoarele. Se lasă să fiarbă acoperit pînă se moaie repede. Se serveşte rece.

## 731 Compot de mere

**5-6 mere creţeşti, 300 g zahăr, 3 pahare apă, o bucăţică scorţişoară, 2-3 cuişoare.**

Se curăţă merele de coajă, se scot sîmburii şi se taie în patru. Se lasă să stea în apă rece.

Se pun la fiert zahărul, apa, scorţişoara şi cuişoarele. Cînd începe să fiarbă, se adaugă merele şi se lasă să fiarbă acoperite, la foc mic, pînă se moaie fructele. Se serveşte rece.

## 732 Compot de gutui

**1 kg gutui, 500 g zahăr, 3 pahare apă, 1 bucăţică scorţişoară.**

Se curăţă gutuile de coajă şi sîmburi şi se taie felii de grosimea unui deget. Se pun în apă rece.

În acest timp se fierbe zahărul cu apa şi scorţişoara. Cînd siropul este pe jumătate gata, se adaugă gutuile şi se lasă să fiarbă acoperit, la foc încet, pînă se moaie. Se serveşte rece.

## 733 Compot asortat pentru iarnă

**2 kg zahăr, 8 pahare apă, 1 kg cireşe, 1 kg vişine, 1 kg caise, 2 kg piersici, 1 kg prune, 1 kg pere, 2 kg struguri tămîioşi, Hamburg, 3 pahare rom sau votcă, 10 g acid salicilic.**

Se pune la fiert apa cu zahărul. Se curăţă de spumă. După ce a dat 4-5 clocote, se pun cireşele spălate şi curăţate de codiţe. Se lasă să dea un clocot şi se iau de pe foc.

Se scot cireşele cu o lingură de spumă şi se aşază pe fundul unui borcan de 10 kg, bine spălat şi perfect şters cu un ştergar curat. În zeama de la cireşe se adaugă un pahar de rom sau de vodcă, 5 g acid salicilic, se amestecă şi se toarnă în borcan peste cireşe. Se leagă borcanul cu o pînză albă, curată, apoi cu o foaie de celofan şi se aşază la loc uscat şi răcoros, păstrîndu-se astfel pînă la apariţia vişinelor pe piaţă.

Se aleg vişine bine coapte, neviermănoase, se spală şi se curăţă de codiţe. Se dezleagă borcanul, se scurge încet zeama într-o cratiţă şi se pune pe foc. Cînd începe să fiarbă, se adaugă vişinele şi se lasă să dea un singur clocot. Se ia de pe foc, se scot vişinele cu lingura de spumă, se aşază în borcan peste cireşe, iar zeama fierbinte se toarnă peste fructe. Se leagă imediat şi se păstrează ca mai sus, pînă la apariţia caiselor.

Se procedează astfel cu toate fructele, pe rînd. Caisele, prunele şi piersicile se pun întregi. Perele se curăţă de coajă, se scoate căsuţa cu sîmburi, se taie în sferturi şi fiecare sfert pe jumătate. Perele trebuie să fie de calitate bună şi tari, în nici un caz nu se vor pune pere mălăieţe sau bergamote. Ultimele fructe care se adaugă sînt strugurii. Se rup de pe ciorchine şi se spală bine în cîteva ape. Se dezleagă din nou

borcanul, se scurge toată zeama de fructe într-un vas, se pune pe foc să dea un clocot, apoi se adaugă strugurii şi se mai lasă să dea un clocot. Se dă la o parte, se scot boabele cu lingura de spumă şi se aşază în borcan peste celelate fructe. În zeama de fructe se adaugă două pahare de rom sau de votcă, 5 g acid salicilic, şi se toarnă fierbinte peste fructele din borcan. Se leagă şi se păstrează astfel pînă la între-buințare.
Iarna compotul se scoate din borcan cu un polonic mic, treptat, după nevoie. De fiecare dată se leagă la loc.
Se păstrează foarte bine toată iarna.






# Conserve de legume

## 734 Bulion de roşii

Roşiile, bine coapte, se spală, se rup în două, în trei sau în patru (depinde de mărimea roşiei) şi se dau prin maşina de roşii (separator) care separă carnea şi zeama, de seminţe şi de pieliţa roşiei.
Zeama şi carnea roşiilor se pun la fiert, amestecînd mereu pentru ca să nu se prindă de fundul vasului. Se lasă să fiarbă pînă cînd se îngroaşă bine.
Bulionul trebuie să curgă prin pîlnia cu ajutorul căruia va fi pus în sticle. Sticlele trebuie spălate din timp, bine uscate şi ţinute la gura cuptorului ca să fie calde.
Bulionul se toarnă cald, iar sticlele se umplu pînă la gît. În fiecare sticlă se pune cîte o linguriţă de ulei bun şi se leagă cu hîrtie celofan pusă în două.
Se aşterne pe masă o pătură, se pun sticlele cu bulion (în picioare) şi se acoperă cu altă pătură pusă în patru. Se lasă astfel pînă cînd sticlele se răcesc complet. Se păstrează la loc uscat şi răcoros.
În lipsa maşinii (separator) roşiile după ce au fiert şi s-au muiat pot fi trecute prin sita de bulion sau prin orice altă sită de păr.

## 735 Roşii la sticle

Roşii coapte şi bine spălate se introduc pentru o clipă în apă clocotită. Se curăţă de pieliţă, se taie în două, se scutură bine de seminţe şi se taie în fîşii subţiri.
Roşiile astfel tăiate se pun într-un vas perfect curat şi se amestecă cu acid salicilic (la 1 kg roşii – 2 g acid salicilic) şi sare pentru gust. Apoi se introduc în sticle curate şi uscate.
Zeama rămasă se strecoară prin sita de păr sau prin tifon şi se toarnă peste roşii. Sticlele se leagă cu celofan pus în două şi se păstrează la loc uscat şi răcoros.

## 736 Sos de roşii pentru friptură

**1 kg roşii coapte, 250 g zahăr, ½ linguriţă ienibahar pisat, 1 linguriţă piper negru pisat, 3 linguri boia de ardei, 1 lingură sare, 3 linguri muştar, 1 pahar oţet bun.**

Se spală bine roşiile, se rup şi se trec prin maşina de roşii (separator). Zeama şi carnea de roşii se pun la fiert, amestecînd mereu. Cînd devine ca o smîntînă groasă, se adaugă zahărul, ienibaharul, piperul, boiaua, sarea, muştarul şi oţetul. Se mai lasă să fiarbă pînă ce scade şi devine ca un bulion nu prea gros.
Se pune fierbinte în sticluţe mici, se toarnă cîte puţin ulei bun în fiecare sticluţă şi se leagă cu celofan dublu. Se păstrează la loc rece. Se serveşte la fripturi.

## 737 Gogoşari şi ardei gen bulion

**1 kg gogoşari, 1 kg ardei lungi roşii, 300 g sare, 1 g acid salicilic.**

Ardeii şi gogoşarii, bine spălaţi, se taie în două, se îndepărtează cotorul, se scutură de seminţe şi se dau prin maşina de tocat. Se amestecă bine cu sarea şi acidul salicilic şi se aşază în borcane. Se leagă cu celofan dublu.
Se întrebuinţează la prepararea mîncărilor cu sos şi a ciorbelor. Aceste mîncări se sărează numai după ce s-a pus bulionul de gogoşari, dacă mai este necesar.

## 738 Gogoşari cu orez

**50 gogoşari, 250 g orez, 4,5 kg roşii, 1 păhărel oţet, 2-3 foi de dafin, căteva boabe ienibahar, sare, zahăr (după gust) ¾ pahar ulei, 1 vîrf cuţit acid salicilic.**

Se fierb roşiile.
Se face un bulion subţire în care se adaugă oţetul, foile de dafin, boabele de ienibahar, sare şi zahăr pentru gust.

În bulionul astfel preparat se pun gogoşarii tăiaţi sferturi şi scuturaţi de seminţe, se lasă să dea 2-3 clocote şi se iau de pe foc.
Se adaugă orezul fiert dinainte în apă, uleiul şi un vîrf de cuţit de acid salicilic. Se amestecă uşor şi se pune la borcane mici (500 g). Borcanele nu se umplu, ci se lasă un spaţiu liber de două degete. Se leagă cu celofan pus în două şi se fierb în baie de apă, 20 min din momentul cînd începe fierberea. Se lasă să se răcească în apă, apoi se păstrează la rece. Iarna se servesc ca aperitiv.

## 739 Ardei conservaţi în sare

Se aleg ardei frumoşi, se spală, se scoate cotorul, se scutură de seminţe şi fiecare ardei se presară cu ¼ linguriţă de sare. Se aşază ardeii într-un vas mare şi se lasă să stea cu sare pînă a doua zi, cînd se întorc pentru ca ardeii care au stat la fundul vasului să fie aşezaţi la suprafaţă, iar cei ce au fost la suprafaţă să fie aşezaţi la fundul vasului. Se lasă din nou să stea pînă a doua zi. Astfel ardeii vor fi muiaţi bine.
Se aşază în borcan, unul peste altul, apăsînd cu mîna să nu rămînă spaţii libere între ei; deasupra se toarnă zeama pe care au lăsat-o ardeii.
Se aşază două beţişoare cruciş, se leagă cu două rînduri de celofan şi se păstrează la loc răcoros.

## 740 Gogoşari în oţet

**Pentru fiecare kilogram de oţet de 9°: 1½ pahar apă, 1 lingură cu vîrf sare, 2 linguri zahăr, 1 lingură miere de albine, cîteva foi de dafin, cîteva boabe ienibahar. Gogoşari, tarhon.**

Se aleg gogoşari frumoşi, se spală, se şterg bine cu un şervet curat, se taie codiţa şi cu o andrea se înţeapă în jurul cotorului de 4-5 ori. Se aşază în borcane mari de sticlă, bine spălate.
Oţetul cu apa, sarea, zahărul şi mierea de albine (dacă lipseşte mierea, se mai adaugă jumătate lingură de zahăr), se pune la fiert, se adaugă foile de dafin şi boabele de ienibahar şi se lasă să dea cîteva clocote. Se toarnă fierbinte peste gogoşarii aşezaţi în borcane. Se toarnă treptat, cu polonicul, ca să nu plesnească borcanul care trebuie să fie înfăşurat într-un şervet muiat în apă.
Se pune peste gogoşari o mînă de tarhon spălat, se acoperă gura borcanului cu o farfurioară şi se lasă pînă a doua zi.

Oțetul, intrînd în gogoşari, va avea un nivel mai scăzut în borcan. Se mai adaugă oțet (preparat ca mai sus) ca să se umple borcanul. Se lasă 2-3 ore şi dacă în acest timp nivelul oțetului scade se umple din nou borcanul.
La gura borcanului se aşază două scîndurele în cruce, se leagă cu hîrtie celofan pusă în două şi se păstrează la loc răcoros.

## 741 Gogoşari tăiați, în oțet

Gogoşarii, spălați şi bine şterşi, se taie în sferturi; cotoarele şi semințele se aruncă. Se aşază în borcan (nu prea îndesat) şi se umplu cu oțetul pregătit ca la gogoşari în oțet. Se aşază scîndurele în cruce la gura borcanului, se leagă cu celofan pus în două şi se păstrează la rece.

## 742 Ardei umpluți cu zarzavat

Se aleg ardei graşi frumoşi, se spală, se taie în jurul cotorului, înlăturîndu-l, şi se face o înțepătură cu furculița în vîrful ardeiului. Se taie ca fideaua varza albă, cîțiva morcovi, țelină, pătrunjel şi cîțiva căței de usturoi. Se freacă totul bine cu sare şi se umplu ardeii îndesînd bine. Se aşază în borcan şi se toarnă deasupra apă fiartă cu sare şi oțet (rece). La 2 l apă se pune un pahar de oțet de 9° şi sarea trebuincioasă.
Se leagă borcanul cu celofan şi se păstrează la loc răcoros.

## 743 Vinete umplute cu zarzavat

Se aleg vinete tinere, se taie codița şi se despică la mijloc pe lung. Se pun în apă clocotită puțin sărată şi se lasă să fiarbă pînă devin moi. Se scot din apă, se aşază pe o masă curată sau pe o planşetă de lemn, se acoperă cu altă planşetă pe care se pun greutăți şi se lasă să stea astfel timp de 2-3 ore. Această operație se face pentru ca să se scurgă bine zeama neagră din vinete.
Se umplu apoi cu aceeaşi umplutură ca pentru ardei umpluți cu zarzavat, procedînd astfel.
Se ia fiecare vînătă, se umple cu zarzavat prin despicătura făcută şi se leagă cu cozi de țelină opărită. Se aşază în borcan şi se toarnă deasupra aceeaşi saramură ca la ardei umpluți cu zarzavat.
Se pun două scîndurele în cruce şi se leagă cu celofan. Se păstrează la loc rece.

## 744 Ardei conservați în bulion

Se spală ardeii, se scot cotoarele, se scutură de semințe și se pun într-un vas mai mare cu apă clocotită și puțin sărată. Nu se lasă în apa clocotită decît cîteva clipe, apoi se scot cu ajutorul lingurii de spumă și se pun într-o sită ca să se scurgă bine de apă. După ce s-au răcit, se așază ardeii în borcane, fără ca să-i îndesăm.

Se toarnă peste ei bulion de roșii rece, adăugînd la fiecare kilogram de bulion 1 g acid salicilic (acidul salicilic se amestecă bine cu bulionul rece).

Se lasă cîteva ore borcanele nelegate și dacă nivelul lichidului scade, iar ardeii rămîn descoperiți, se mai adaugă bulion cu acid salicilic. În fiecare borcan umplut se presară deasupra 1 g acid salicilic, se leagă cu celofan și se păstrează la rece.

## 745 Ardei uscați

Ardeii, spălați și bine șterși, se taie subțire ca tăițeii. Mai departe, se procedează ca la zarzavat uscat pentru iarnă (v. 748). Se întrebuințează la pregătirea ciorbelor, tocanei și verzei.

## 746 Vinete pentru musaca

Se taie vinetele rotogoale de grosimea unui deget, se sărează și se lasă să se scurgă timp de o oră. Se stoarce bine fiecare rotogol cu mîna, se șterge cu un șervet uscat și se prăjește pe ambele părți în ulei. După ce toate rotogoalele au fost prăjite și s-au răcit, se așază în borcane mici (vinetele dintr-un borcan să fie suficiente pentru prepararea unei mîncări) borcanul rămînînd gol de 2-3 degete. Se toarnă deasupra bulion subțire cît să le acopere, se acoperă cu celofan pus în două, se leagă și se fierb în baie de apă 25 min. Se lasă să se răcească în apa în care au fiert. Se păstrează la loc răcoros.

## 747 Esență de zarzavat pentru supă

**3 kg morcovi, 2 kg ceapă, 2 kg roșii, 1 kg pătrunjel, 5 țeline, 6 ardei grași, 1 kg varză albă, 750 g sare.**

Tot zarzavatul se spală, se curăță, se taie bucăți mici și se dă prin mașina de tocat. Se amestecă bine cu sarea, apoi se pune în borcane mici, apăsînd bine cu mîna ca să nu rămînă goluri. Se toarnă în fiecare borcan un strat de ulei (cam de

½ cm), se acoperă cu celofan pus în două şi se leagă. Se păstrează la rece.
Se întrebuințează pentru pregătirea supelor sau a ciorbelor,

## 748 Zarzavat uscat pentru iarnă (morcovi, pătrunjel, țelină, păstîrnac)

Se curăță, se spală şi se zvîntă zarzavatul. Se rade apoi pe răzătoarea de zarzavat, se pune pe o planşetă aşternută cu hîrtie albă, aşezată la un loc cu mult soare, răsfirînd zarzavatul pe toată suprfața planşetei.
Se ține la soare cîteva zile pînă cînd se usucă, apoi se pune într-o tavă şi se dă la cuptor după ce a încetat să ardă focul. Se repetă operația 2-3 zile, zarzavatul trebuind să fie bine uscat.
Se păstrează într-o cutie de metal cu capac sau în borcane de sticlă legate cu celofan. În nici un caz nu se va păstra în săculețe de pînză sau de hîrtie, deoarece îşi pierde aroma. Zarzavatul uscat în acest fel îşi păstrează gustul, aroma şi culoarea.

## 749 Morcovi, pătrunjel şi țelină uscate pentru supă

Zarzavatul, curățat, spălat şi bine şters, se taie în patru sau în opt (depinde de mărime) şi se înşiră pe o ață mai groasă. Se ține la soare pînă se usucă, apoi se dă la cuptor şi se păstrează ca şi zarzavatul uscat pentru iarnă.

## 750 Mărar verde conservat pentru iarnă

Se alege mărarul, se spală şi se lasă într-o sită ca să se scurgă bine de apă. Se pune într-un castron şi se amestecă cu sare. Se aşază într-un borcan mic un strat de mărar, se presară cu sare, apoi alt strat de mărar şi din nou sare. Se procedează astfel pînă se umple borcanul.
Se lasă borcanul nelegat pînă a doua zi, apoi se mai umple golul rămas în borcan datorită aşezării mărarului cu sare. Deasupra se presară sare, se acoperă borcanul cu celofan, se leagă şi se păstrează la loc rece.
Iarna, înainte de a fi întrebuințat, se spală şi se ține 30 min în apă puțin călduță.

## 751 Tarhon conservat pentru iarnă

Se alege tarhonul, se spală bine, se pune într-un castron, se presară cu sare şi se amestecă. Se aşază apoi în borcan şi se umple cu oțet. Înainte de a fi întrebuințat se spală şi se ține puțin în apă călduță.

## 752 Foi de viță conservate pentru iarnă

Se spală foile de viță tinere, se aşază într-un vas şi se opăresc cu apă sărată (la 1 l apă, 50 g sare). Se lasă să se răcească, apoi se scurge apa şi se fac rulouri din 10-15 foi de viță aşezate una peste alta. Se pune într-un borcan un rînd de rulouri, se presară cu mărar spălat şi amestecat cu puțină sare, apoi se pune un rînd de rulouri de foi de viță etc. Se procedează astfel pînă se umple trei sferturi din borcan. Se acoperă cu 2-3 foi nesărate şi se toarnă saramura în care au fost opărite. Se aşază două scîndurele în cruciş deasupra foilor, se acoperă borcanul cu celofan pus în două şi se leagă.

## 753 Zacuscă pentru iarnă I

**10 vinete tinere, 15 gogoşari, 14 ardei graşi, 4 kg roşii, 1 kg ceapă, ½ kg ulei, sare.**

Se coc vinetele, gogoşarii şi ardeii, se curăță şi se lasă să se scurgă. Se înlătură cotorul şi toate semințele de la ardei şi gogoşari şi se taie ca tăițeii. Vinetele se toacă. Ceapa tăiată peştişori se pune la prăjit cu uleiul pînă începe să se moaie. Se adaugă vinetele tocate, gogoşarii şi ardeii tăiați, cum şi zeama de la 4 kg de roşii fierte şi strecurate. Se sărează. Se lasă să se prăjească amestecînd continuu cu lingura pînă scade tot bulionul.
Se umplu borcanele (numai trei sferturi), se acoperă cu celofan dublu, se leagă şi se fierb în baie de apă 25 min din clipa cînd începe să clocotească apa.
Se lasă să se răcească borcanele în apa în care au fiert, apoi se aşază la loc uscat şi răcoros.

## 754 Zacuscă pentru iarnă II

Se taie vinetele rotogoale, se sărează, se lasă să se scurgă timp de o oră, apoi se prăjesc pe ambele părți.
Se spală gogoşari, se taie în sferturi, se scutură de semințe şi se opăresc în oțet, lăsîndu-i să stea 10-15 min, apoi se scot şi se scurg bine.

Se aşază într-un borcan un rînd de vinete prăjite, un rînd de gogoşari. Se procedează astfel pînă cînd se umple borcanul pe trei sferturi. Se completează cu roşii fierte şi strecurate în care s-a adăugat sare, puţin zahăr, boabe de piper şi ienibahar pisate. Borcanul trebuie să rămînă gol de două degete. Se acoperă cu celofan dublu, se leagă, şi se fierbe în baie de apă 25 min. Se lasă să se răcească în apa în care a fiert. Se păstrează la loc răcoros şi uscat.

## 755 Castraveţi mici în oţet

Castraveţii mici (buburoşi) se spală, se scurg de apă, se taie puţin la capete, se aşază în borcan şi se acoperă cu puţin mărar uscat şi 2-3 căţei de usturoi tăiaţi mărunt (usturoiul poate să lipsească).

La un litru de oţet de $9^{o}$ se pun un pahar şi jumătate de apă, cîteva boabe de ienibahar, 2-3 foi de dafin şi 40 g de sare.

Se fierbe oţetul cu apa, sarea şi mirodeniile, se lasă să dea cîteva clocote, apoi se toarnă fierbinte peste castraveţi. Turnarea oţetului se face treptat, puţin cîte puţin, ca să nu se spargă borcanul pe care l-am înfăşurat dinainte cu un şervet muiat în apă.

Se acoperă gura borcanului cu un fund de lemn sau cu o farfurie, iar după ce s-a răcit, se acoperă cu celofan şi se leagă.

## 756 Legume asortate în oţet

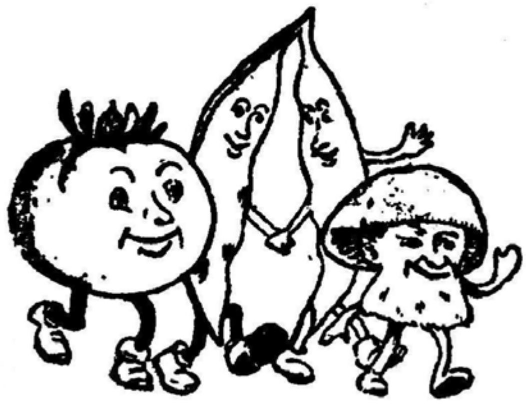
**15 gogoşari verzi, 30 gogoşari roşii, 2 rădăcini mari morcovi, 2 ţeline mari, 1 conopidă potrivită, 2 căpăţîni de usturoi mari, ½ kg arpagic (sau ceapă mai mică decît o nucă).**

Gogoşarii se spală şi se taie în 8 (fără cotor şi seminţe), morcovii şi ţelina se curăţă, se spală şi se taie cuburi, usturoiul şi ceapa se curăţă şi se pun întregi, iar conopida ruptă în bucheţele.

Se aşază în borcan cîte puţin din fiecare pînă se umple, apoi se toarnă oţetul fiert cu apa şi mirodeniile ca la gogoşari în oţet (v. 740). Se toarnă fierbinte puţin cîte puţin. Borcanul se leagă după ce s-a răcit.

## 757 Murături în apă, la borcan

Într-un borcan de 10 l se aşază pătlăgele verzi, gogonele, morcovi şi ţelină, tăiate felii subţiri şi rotogoale, bucheţele de conopidă, ardei verde lung, ardei roşu lung (înţepat în jurul cotorului) şi fasole ţucără, tînără.



Se aranjează zarzavatul variat, deasupra se pune mărar uscat şi cîțiva căței de usturoi tăiat mărunt. Se toarnă deasupra următoarea saramură.
La 10 l apă, 450 g sare, un pahar de oțet, cîteva foi de dafin şi 5-6 boabe de ienibahar. Se fierbe şi se lasă să dea cîteva clocote.
Se înfăşoară borcanul în ştergare muiate în apă şi se toarnă saramura fierbinte, treptat, cu polonicul. Se acoperă borcanul cu o farfurie, iar după 5-6 ore cînd lichidul din borcan a scăzut, se mai adaugă saramură ca să se umple borcanul. Se acoperă cu celofan pus în două şi se leagă.
Se ține la loc cald pînă se limpezeşte saramura, apoi la loc uscat şi răcoros.

## 758 Struguri marinați

**1 kg struguri, 1 pahar oțet de 9°, 2 pahare apă, ¾ pahar zahăr, 2-6 cuişoare, 1 bucată scorțişoară, 1 linguriță sare rasă.**

Se aleg struguri cu coaja groasă şi bobul mare, aceasta fiind condiția esențială. Se spală, se înlătură boabele strivite, lovite, pătate sau stricate. Se aşază în borcan cu ciorchine cu tot.
Se fierbe oțetul cu apa, zahărul, scorțişoara, cuişoarele şi sarea, lăsînd să dea cîteva clocote. După ce s-a răcit, se toarnă peste strugurii aşezați în borcan. Borcanul se acoperă cu celofan, se leagă şi se ține la loc răcoros.
Aceşti struguri se servesc ca garnitură la friptură de curcan, rață, gîscă, găină, în timpul iernii.

# Tăierea porcului

Timpul cel mai potrivit pentru tăierea porcului este mijlocul lui decembrie, cînd temperatura este scăzută şi carnea se poate păstra mai bine.

Se recomandă ca după tăiere porcul să fie pîrlit. Carnea este astfel mai gustoasă, iar şoriciul şi slănina mai fragede. Dacă porcul se opăreşte, şoriciul şi slănina se întăresc.
În momentul tăierii, se strînge sîngele într-un vas curat, se amestecă cu sare şi se păstrează la rece pînă la întrebuințare. Porcul nu se lucrează în aceeaşi zi în care a fost tăiat. Se scot numai măruntaiele şi osînza, se spală pe dinăuntru de sîngele scurs şi se şterge cu un şervet uscat.
Se despică porcul în două, se taie capul şi picioarele, se aşază într-un vas mare (sau în două) şi se păstrează la rece pînă a doua zi.
Osînza se pune imediat în apă rece, se lasă 4-5 ore, apoi se scurge de apă şi se păstrează la rece pînă la topire.
Ficatul, rinichii, splina şi inima nu se spală.
Imediat după tăiere, cît mai sînt calde, intestinele se golesc, se întorc şi se spală în mai multe ape reci.
Intestinul subțire, care se foloseşte la prepararea cîrnaților, se spală şi se rade cu muchia unui cuțit. Această operație trebuie făcută cu băgare de seamă, ca să nu se taie intestinul, totuşi să se subțieze ca o foiță. Se spală bine, se freacă cu sare, se spală din nou, apoi se ține la rece pînă la întrebuințare.
Intestinul gros, folosit la prepararea caltaboşilor şi a lebărvurştului cu sînge, precum şi stomacul, întrebuințat pentru prepararea tobei, se spală bine cu apă caldă, se întorc pe dos, se spală din nou şi se rad uşor cu cuțitul, fără însă să fie subțiate. Se freacă bine cu sare, se spală, se freacă cu ceapă pisată, se lasă astfel un ceas, două, apoi se pun într-un vas mare cu zăpadă (dacă nu este zăpadă, se pun în apă rece, care se schimbă mereu).
Intestinele nu trebuie să aibă nici un fel de miros.
Capul şi limba se întrebuințează pentru prepararea tobei.
Picioarele folosesc la prepararea răciturilor (piftii).
Creierul, rinichii, inima şi splina se folosesc la prepararea mîncărilor ce vor fi consumate proaspete.
Din ficat se prepară lebărvurştul.
Sîngele se pune la tobă şi caltaboşi.
Din pulpele din spate (jamboanele) se prepară şunca.
Slănina de pe spate, care este groasă, muşchii, garful (ceafa porcului) şi costița se pun la saramură şi se afumă. Servesc iarna pentru diferite întrebuințări.
Pulpele din față (carnea) şi restul de carne se folosesc la prepararea cîrnaților.
Osînza şi slănina subțire se topesc.

**Saramura (punerea cărnii la saramură).** A doua zi după tăierea porcului, carnea ce urmează să fie păstrată se pune la saramură. Saramura se prepară în felul următor.
Se cîntăreşte carnea. La fiecare 10 kg de carne se pun 800 g sare şi 25 g silitră. Şuncile şi bucăţile de carne se freacă cu puţină silitră şi se lasă astfel timp de o oră. După aceea, se aşază într-o putină sau într-un vas mai adînc; la fund şuncile, apoi slănina tăiată bucăţi (dreptunghiulare sau pătrate), costiţele şi muşchii. Fiecare rînd se presară cu silitră, cu puţină sare şi cu mirodenii (foaie de dafin, ienibahar uşor zdrobit şi cimbru pisat).
Se prepară saramura din apă cu sare. Se amestecă bine pînă cînd se topeşte toată sarea şi se toarnă peste carne. Saramura trebuie să acopere carnea.
După 3–4 zile, se scot costiţele şi muşchii, se şterg cu un şervet şi se pun la zvîntat.
Şuncile se scot din saramură la 2-3 zile şi se înţeapă cu o andrea ca să pătrundă mai bine saramura. După această operaţie, se aşază la loc.
Slănina se scoate după 7-8 zile şi se puna la zvîntat.
Şuncile se ţin timp de 14 zile, iar dacă sînt foarte mari se ţin încă 3–4 zile, apoi se pun la zvîntat.
Cînd slănina şi carnea sînt bine uscate, se pun la afumat.
**Afumarea.** Fumul cel mai bun, care dă gust plăcut cărnii, este cel din coceni de porumb.
Un mijloc uşor şi practic pentru afumat este un butoi fără fund. În locul fundului se aşază un lighean sau un alt vas mai mare. Pe fundul ligheanului se aşterne un strat gros de cenuşă, peste cenuşă jeratic (cărbuni aprinşi), iar peste jeratic un rînd de coceni umeziţi. Bucăţile de slănină, carne sau cîrnaţi se atîrnă pe beţe, iar neţele se sprijină de marginile butoiului, astfel încît slănina, carnea etc să se afle în interiorul butoiului. Se acoperă butoiul cu cîteva ziare, peste care se pune un sac în aşa fel ca fumul să nu iasă afară.
În 4–5 ore carnea este afumată şi capătă o culoare frumoasă ruginie. Cîrnaţii şi slănina se afumă mai repede.
În tot timpul afumării, la interval de 15–20 min, se ridică puţin sacul pentru a controla dacă nu cumva s-au aprins cocenii sau la nevoie se mai pune un alt rînd de coceni. Aceştia nu trebuie să ardă în flăcări, ci să mocnească, ca să facă fum. În cazul cînd s-au aprins, se aruncă peste coceni un pumn, doi, de rumeguş.

După afumare, şuncile, slănina etc. se păstrează într-o cameră rece şi uscată.
Şuncile, muşchii, costițele şi garful, înainte de a fi întrebuințate, se fierb.

## 760 Prepararea cîrnaților

Bucățelele de carne de la grumaji, muşchii pîntecului, carnea de la pulpele din față, bucăți de carne grasă şi puțină slănină, se dau prin maşina de tocat sau se toacă bine cu satîrul (după gust).
Tocătura se pune într-un vas mare, se amestecă cu puțină silitră şi se lasă la rece jumătate de oră. Se adugă apoi usturoi pisat, sare, piper negru, ienibahar, coriandru şi puțin chimion (toate pisate). Se frămîntă bine cu mîna, adăugînd mereu cîte puțină zeamă de oase sau zeamă în care a fiert capul pentru tobă (zeama trebuie să fie rece), pînă cînd pasta de carne este bine legată, moale şi mustoasă.
Se spală încă o dată intestinele cu apă rece şi se umplu cu tocătură, nu însă prea îndesat. Se şterg cîrnații cu un şervet şi se înțeapă cu un ac mai gros ca să iasă aerul.
Dacă se folosesc neafumați, se păstrează la loc rece.
Dacă se păstrează vreme îndelungată, sepun la afumat. Se unesc capetele, se leagă cu o sforicică, se înşiră pe un băț şi se pun la aer ca să se zvînte. După 2-3 zile se pun la afumat.

## 761 Prepararea lebărvurştului

Se cîntăreşte ficatul, apoi se cîntăreşte slănina (o treime din greutatea ficatului).
Se taie slănina în bucăți măricele (fără şorici), jumătate din ea se pune pe fundul unei cratițe, peste ea se aşază ficatul tăiat în 4–5 bucăți, 2 cepe tăiate în patru 2 foi de dafin şi 5–6 boabe de ienibahar pisat. Se aşază restul de slănină şi se toarnă apă cît să acopere slănina. Nu se sărează.
Se pune la foc şi cînd începe să fiarbă, se acoperă şi se lasă să mai fiarbă foarte încet 30–40 min. Se ia de la foc şi se lasă acoperit pînă ce se răceşte bine. Se scoate apoi din zeama rămasă în cratiță şi se trece de trei ori prin maşina de tocat.
În pasta de ficat se adaugă puțin piper pisat împreună cu 2-3 cuişoare şi sare. Se bate cu lingura pînă ce pasta are aspectul unei alifii.

Intestinul gros, curățat şi spălat, se umple, nu însă prea tare ca să nu plesnească la fiert (se fac cîrnați nu prea lungi). Se leagă bine cu o sforicică la capete, se înțeapă cu acul, se aşază într-o cratiță mare cu apă rece şi se pune la foc. Cînd dă în fiert, se trage la marginea maşinii şi se lasă să fiarbă foarte încet 15–20 min. În timpul fiertului se mai fac cîteva înțepături.
Se scot foarte încet, ca să nu se rupă, apucînd de sforicica cu care sînt legați, şi se pun într-un vas cu multă apă rece. Unde se lasă pînă cînd se răcesc complet.
Se păstrează la rece.

## 762 Prepararea salamului

La 1 kg carne de porc se adaugă 1 kg carne de vacă şi 500 g slănină. Se dă totul prin maşina de tocat, se amestecă cu 10-15 g silitră şi se frămîntă cu mîna ½ oră. Se lasă 2–3 ore, apoi se pune sare, usturoi pisat, cîteva boabe de ienibahar şi piper (pisate). Se mai adaugă încă 250 g slănină tăiată mărunt. Se frămîntă bine, se gustă de sare, apoi se umplu intestinele subțiri cu tocătură.
Se şterg cîrnații cu şervetul şi se pun la vînt pentru 10–12 ore.
Se afumă a doua zi timp de 5–6 ore.
Se lasă să se usuce la aer 3–4 zile, se ung cu o cîrpă curată muiată în ulei şi se păstrează la rece.

## 763 Prepararea tobei

Capul şi urechile porcului se rad bine, se spală (după ce au fost pîrlite) şi se pun la fiert împreună cu limba şi cu 250 g de slănină, bucăți de şorici, sare, 2-3 foi dee dafin, cîteva boabe de ienibahar.
Se lasă să fiarbă pînă cînd carnea se poate desface uşor de pe oase. Se lasă să se răcească în apa în care au fiert. Apoi se taie totul în bucăți de 4–5 cm lungime, se adaugă 2–3 căței de usturoi pisat, o linguriță de coriandru şi sare.
Se umple stomacul porcului (curățat bine), se adaugă un pahar, două din zeama strecurată în care a fiert capul porcului.
Zeama se poate amesteca cu 4–5 linguri de sînge trecut prin sită. Stomacul nu trebuie umplut prea tare ca să nu plesnească la fiert.

Se leagă foarte strîns, se înțeapă de mai multe ori cu acul, se așază într-un vas cu apă rece și se pune la fiert. Imediat ce începe să se umfle, se fac cîteva înțepături și se lasă pînă începe să clocotească, apoi se trage la marginea mașinii ca să fiarbă foarte încet. Se întoarce, se mai fac cîteva înțepături și se lasă să fiarbă încă 15–20 min.
Se scoate din apă, se așază pe un fund de lemn, deasupra tobei se așază alt fund de lemn, iar peste el o greutate. Se ține astfel la rece pînă a doua zi.
Toba preparată astfel trebuie consumată în 8-10 zile. Dacă se afumă, se păstrează mai mult.

## 764 Caltaboși moldovenești (fierți) I

**1 kg carne grasă, 2 linguri untură, 2 cepe, 1 lingură orez, 50 g stafide (facultativ), sare, piper, coriandru, ½ pahar zeamă de oase, 1 linguriță boia de ardei, 2–3 linguri de bulion, 1 foaie de dafin, 2–3 boabe de ienibahar, ½ linguriță de zahăr.**

Carnea se toacă, se adaugă ceapa ușor prăjită în untură, sarea, piperul, puțin coriandru pisat (½ linguriță), orezul, stafidele alese și spălate și zeama de oase. Se amestecă totul bine și se umple intestinul pentru caltaboș, nu însă prea îndesat.
Intestinul se umple scurt (atît cît este necesar pentru o porție). Capetele nu se leagă ci se închid cu capătul mațului care se împinge înăuntru.
Se pun caltaboșii în oala cu zeama de oase, se adaugă zahărul, foaia de dafin, ienibaharul, boiaua și bulionul. Se pun la fiert la foc mic; se spumează. Se fierb 30–40 min.
Se servesc fierbinți, în farfurii de supă, cîte o bucată de caltaboș cu zeama în care a fiert.

## 765 Caltaboși II

**1 kg carne grasă, plămînii și splina de la porc, o mînă de șorici fiert, 3–4 cepe prăjite în 3 linguri untură, 3–4 linguri de sînge, 2–3 căței de usturoi, un vîrf de cuțit ienibahar pisat, puțin piper, sare, 3–4 linguri de zeamă de carne.**

Se fierb carnea, plămînii, splina și șoriciul împreună cu o ceapă. Cînd sînt aproape gata, se dau la o parte, se lasă să se răcească, apoi se trec prin mașina de tocat. Se adaugă ceapa prăjită în untură, usturoiul, piperul, ienibaharul, sarea, cîteva linguri de zeamă de carne și cîteva linguri de sînge. Se amestecă totul bine. Tocătura trebuie să fie mai mult moale decît tare.

Se umple intestinul destinat caltaboşilor, se leagă la capete cu o aţă şi se fierbe în apa în care au fiert carnea, plămînii şi şoriciul. Din momentul în care încep să clocotească, se lasă să fiarbă 20-25 min.
Înainte de a fi puşi la fiert, caltaboşii se înţeapă cu un ac gros.
Cînd sînt fierţi, se scot din zeamă şi se ţin în apă rece pînă ce se răcesc. Se servesc reci sau prăjiţi în tigaie.

## 766 Caltaboşi cu sînge

**500 g slănină, 500 g şorici, 500 g sînge, 5-6 boabe ienibahar pisat, un vîrf de cuţit piper negru pisat, 1 lingură coriandru pisat, sare.**

Se fierbe slănina şi şoriciul pînă cînd acesta este bine fiert. Jumătate din slănina fiartă se toacă mărunt cu satîrul, iar cealaltă jumătate se taie cuburi mici. Şoriciul se taie ca tăiţeii. Se amestecă totul cu sîngele (dacă sîngele este închegat se freacă cu puţină sare sau se dă prin maşina de tocat). Se adaugă sarea şi mirodeniile pisate, se amestecă bine şi se umple intestinul pentru caltaboşi. Se leagă la capete cu aţă groasă (intestinele nu trebuie umplute prea tarem deoarece pot plesni la fiert). Se înţeapă caltaboşii cu acul şi se pun la fiert în apă rece. Se fierb la foc foarte mic şi sînt gata atunci cînd înţepînd cu acul mai adînc nu iese sînge. Se scot cu băgare de seamă, se pun într-un vas cu apă rece şi se lasă să se răcească. Se scot din apă şi se păstrează la rece.

## 767 Topirea osînzei

Osînza se topeşte separat, întrucît este mult mai fină decît slănina. Ea se întrebuinţează de preferinţă pentru prepararea prăjiturilor şi a cozonacilor.
Osînza se taie bucăţi mici şi se pune într-un vas potrivit pe maşină. În timpul topirii se amestecă mereu cu lingura ca să nu se prindă de fundul vasului.
Cînd jumările s-au ridicat deasupra şi au căpătat culoare aurie, se ia vasul de pe foc, se scot jumările cu lingura de spumă, iar untura se strecoară şi se trece în borcane sau în garniţe speciale. Strecurarea unturii se face printr-un şervet bine curat, muiat în apă rece şi bine stors.
În cazul cînd untura a fost pusă în borcane, acestea se leagă cu hîrtie care se înţeapă de cîteva ori cu furculiţa.

## 768 Osînză topită cu miros de unt

**La 2 kg osînză, 1 kg lapte crud.**

Se pune osînza la topit cu laptele crud care în timpul topirii scade. Mai departe, se procedează ca la rețeta 767.
Osînza topită cu lapte capătă culoare gălbuie, mirosul şi gustul untului. Ea poate înlocui untul la prepararea prăjiturilor.

## 769 Topirea slăninii

Se curăță slănina de şorici şi se topeşte la fel ca osînza (v. 767).

## 770 Dresul unturii rîncede

Dacă se întîmplă ca untura să rîncezească, se poate drege punînd-o din nou la topit cu 1 l lapte, 1 l apă, o ceapă necurățată şi zdrobită şi 2–3 boabe de ienibahar pentru fiecare 5 kg de untură rîncedă.
Se lasă să fiarbă pînă se evaporă apa şi laptele. Se strecoară printr-o sită deasă sau prin tifon.
Untura dreasă se întrebuințează numai la prepararea mîncărilor cu carne.



# Tabelă de măsuri pentru rețetele de regim



| | *grame* |
|---|---|
| 1 lingură de supă cu ulei | 15 |
| 1 lingură de supă cu unt proaspăt | 25 |
| 1 lingură de supă cu unt încălzit | 35 |
| 1 lingură de supă cu smîntînă | 12-15 |
| 1 lingură de supă cu apă, vin, lapte | 18 |
| 1 lingură de supă cu vîrf cu făină | 25 |
| 1 lingură de supă rasă cu făină | 15 |
| 1 lingură de supă cu zahăr tos | 30 |
| 1 lingură de supă cu zahăr pudră | 25 |
| 1 lingură de supă cu vîrf cu orez | 25 |
| 1 lingură de supă cu griş | 10-12 |
| 1 linguriță de ceai plină cu unt proaspăt | 10 |
| 1 linguriță de ceai cu unt topit | 15 |
| 1 linguriță de ceai cu vîrf cu făină | 10 |
| 1 linguriță de ceai cu zahăr tos | 12 |
| 1 linguriță de ceai cu pesmet | 10 |
| 1 linguriță de ceai rasă cu parmezan | 10 |
| 1 linguriță de ceai rasă cu bulion | 15-20 |
| 1 pahar obişnuit cu apă, zeamă de fructe | 250 |
| ½ linguriță de ceai cu mărar tocat | 5 |
| ¼ pahar de ceai cu smîntînă | 50 |
| 1 ceapă mică | 15-20 |
| 1 fir de ceapă verde | 10 |
| 1 rădăcină mică de pătrunjel | 15-20 |
| 1 rădăcină mică de morcovi | 25-30 |
| ½ de lămîie mică | 50 |
| 3 foi de gelatină la un pahar de lichid (apă, vin, zeamă de fructe). | |




# Pentru bolnavii de diabet*

## 771 Pîine

**200 g tărîțe, 200 g făină de secară, 5 g unt, 20 g drojdie, 400 g apă, unt pentru formă.**

Se amestecă drojdia cu 100 g apă călduță, se adaugă 50 g făină şi se lasă la loc călduț pînă creşte maiaua.

După ce maiaua s-a ridicat, se adaugă restul de apă, făina, tărîțele şi se frămîntă bine. Se acoperă şi se ține la loc cald 30-40 min. Se aşază într-o formă unsă cu unt, se mai ține la loc călduț 15-20 min, apoi se coace la cuptor.

## 772 Supă din carne cu budincă

**200 g carne de os, 10 g unt, 50 g şuncă, 20 g ceapă verde, 20 g spanac curățat, 10 g morcovi, 10 g pătrunjel, ½ ou, 20 g lapte, 5 g parmezan, 600 g apă.**

Din carne, morcovi, pătrunjel, 5 g ceapă şi 600 g apă se fierbe un bulion (supă). În acest timp se prepară budinca. Şunca, spanacul şi ceapa se toacă mărunt, se pun într-o tigaie cu unt şi se prăjesc foarte puțin. Se adaugă laptele. Se aşază într-o formă unsă cu unt, se acoperă cu oul bătut se presară cu parmezan ras şi se coace la cuptor. Cînd este gata se răstoarnă într-o farfurie adîncă şi se toarnă deasupra bulionul strecurat.

* În rețetele dietetice cantitățile sînt pentru o persoană.

## 773 Supă din carne cu dovlecei umpluți

**200 g carne cu os, 10 g morcovi, 10 g pătrunjel, 1 ceapă verde (pentru supă), 100 g dovlecei, 10 g ceapă, 10 g unt, 5 g mărar tocat, 5 g parmezan ras, ½ ou, 600 g apă, unt pentru formă.**

Din apă, carne, morcovi, pătrunjel şi ceapă verde se fierbe o supă. Dovleceii se rad, se taie un căpăcel şi se scobeşte miezul cu sămînța, apoi se pun într-o cratiță cu apă puțin sărată lăsîndu-i să fiarbă 5-6 min. Se scot din apă şi se lasă să se scurgă.

Carnea fiartă în supă se taie în bucăţi, de asemenea şi ceapa, se prăjesc puţin în unt, se dau prin maşina de tocat, se amestecă cu mărarul tocat şi oul bătut.

Cu această compoziție se umplu dovleceii, se aşază într-o tavă unsă cu unt, se presară cu parmezan ras, se stropesc cu unt şi se coc la cuptor.

Cînd sînt gata, se aşază cîte un dovlecel într-o farfurie adîncă şi se toarnă deasupra supă.

## 774 Ciorbă de vară

**150 g carne, 1 ou, 40 g smîntînă, 100 g ştevie, 100 g spanac, 30 g ceapă verde, ½ linguriță pătrunjel şi mărar tocat, 600 g apă, zeamă de lămîie (facultativ).**

Din carne, şi apă se fierbe o supă. Cînd carnea este fiartă, se adaugă spanacul, ştevia şi ceapa verde, bine spălate şi tocate. Se lasă să mai fiarbă 5–6 min, apoi se adaugă verdeața tocată.

La servit se drege cu ou bătut şi smîntînă. Se poate acri, după gust, cu zeamă de lămîie.

## 775 Mîncare de carne cu vinete

**150 g carne de vacă, 30 g unt, 20 g ceapă, 5 g bulion de roşii, 150 g vinete, 100 g ciuperci, 75 g roşii, 1 ardei gras, 1 foaie de dafin, 1 linguriță pătrunjel tocat.**

Carnea tăiată bucăţele se rumeneşte într-o cratiță cu 5 g unt, se toarnă apoi jumătate pahar de apă călduță, bulionul, foaia de dafin şi se lasă să fiarbă acoperit la foc mic pînă este gata (dacă este nevoie se mai adaugă cîte o lingură, două de apă). Se pune ceapa rumenită în 5 g de unt, ciupercile tăiate felii, ardeiul tăiat ca fideaua, pătrunjelul şi mărarul tocat. Se lasă să mai fiarbă acoperit 10 min.

În acest timp se taie vinetele felii foarte subţiri şi se prăjesc în unt.

Mîncarea se serveşte cu garnitură de vinete prăjite şi roşii tăiate felii. Vinetele se pot înlocui cu dovlecei prăjiţi.

## 776 Roşii umplute cu carne de viţel

**150 g roşii, 100 g carne macră de viţel, 1 ou, 15 g ulei, 10 g ceapă verde, 10 g mărar, 25 g smîntînă, 5 g zeamă de lămîie.**

Se prepară o maioneză din gălbenuş, ulei şi zeama de lămîie. Jumătate din maioneza obţinută se amestecă cu albuşul fiert, tocat foarte mărunt, cu carnea fiartă sau friptă, tăiată în cuburi foarte mici. Cu această compoziţie se umplu roşiile, se aşază pe farfurie şi se garnisesc cu maioneza rămasă. Se presară cu verdeaţă tocată. Se serveşte cu smîntînă.

## 777 Budincă din morcovi şi brînză de vacă

**150 g morcovi, 15 g unt, 30 g smîntînă, 50 g lapte, 50 g brînză de vacă, 1 ou, 5 g tărîţe de grîu, zaharină după gust.**

Morcovii se curăţă, se spală, se rad pe răzătoarea mică, se acoperă cu apă şi se lasă astfel timp de o oră. Se scurge toată apa, se pune alta proaspătă şi se lasă încă o oră. După aceasta se strecoară, se storc bine în tifon şi se prăjesc înăbuşit cu 10 g de unt, pînă ce sînt gata.

Se lasă să se răcească puţin morcovii, se amestecă cu laptele, gălbenuşul, cu brînza dată prin sită, spuma de albuş şi zaharină.

Se aşază în forma unsă cu unt şi presărată cu tărîţe şi se coace la cuptor. Se serveşte cu smîntînă.

## 778 Chiftele din cartofi şi tărîţe

**200 g cartofi, 50 g tărîţe de grîu, 40 g lapte, 20 g unt, ½ ou.**

Cartofii, bine spălaţi, se fierb în coajă, se curăţă fierbinţi şi se strivesc cu presa pentru cartofi sau se trec prin sită. Se amestecă laptele cu 40 g tărîţe şi se lasă să stea 10-15 min, apoi se amestecă cu cartofii, oul şi 10 g de unt.

Din această compoziţie se fac 3-4 chifteluţe, se dau prin tărîţe şi se prăjesc în unt.

## 779 Marmeladă din dovleac cu mere şi zaharină

**150 g dovleac, 150 g mere, zaharină după plac.**

Se coace dovleacul, se trece prin sită, se amestecă cu merele curăţate şi rase şi se fierb pînă se îngroaşă, amestecînd mereu ca să nu se prindă. Cînd marmelada este gata, se adaugă zaharina, se amestecă bine şi se lasă să mai dea un clocot. Se serveşte caldă sau rece. Rece se poate servi cu caimac de lapte.

## 780 Prăjitură din brînză de vacă şi migdale

**75 g brînză de vacă, 50 g migdale curățate, 1 gălbenuş de ou, 5 g unt, vanilie sau coajă de lămîie, zaharină după gust.**

Migdalele curățate se pisează sau se dau prin maşina de tocat nuci, se amestecă cu brînza trecută prin sită, gălbenuşul de ou, vanilia şi zaharina.
Din această compoziție se fac cu mîna perişoare mici, se turtesc, se aşază pe tava unsă cu unt şi se coc în cuptor, la foc potrivit.

## 781 Compot de mere cu zaharină

**150 g mere, 300 g apă, 1 bucățică scorțişoară, zaharină după gust.**

Se pune la fiert apa cu scorțişoara timp de 5 min, apoi se adaugă merele curățate şi tăiate felii, se acoperă cu capacul şi se lasă la marginea maşinii timp de 10 min.
Cînd este gata, se adaugă zaharina.

## 781 Jeleu din lămîie şi zaharină

**25 g lămîie (coaja şi zeama), 3 g gelatină, 150 g apă, zaharină după gust.**

Se pune apa la fiert, după ce a dat un clocot se dă la o parte, se adaugă coaja rasă de la o lămîie, se acoperă şi se lasă timp de 5-6 min. Se strecoară, se adaugă zeama de lămîie, zaharina şi gelatina muiată în cîteva linguri de apă călduță.
Compoziția se pune în formă şi se dă la rece.
Înainte de a servi, se introduce forma pentru un moment în apă fierbinte şi se răstoarnă pe farfurie.

# Pentru supraalimentare

## 783 Ouă umplute cu icre negre şi maioneză

**2 ouă, 30 g icre negre moi, 100 g roşii, 20 g ulei, ½ gălbenuş de ou, 2 g mărar tocat, 10 g ceapă verde, zeamă de lămîie după gust.**

Ouăle fierte (răscoapte) se taie în două pe lungime. Se scoate gălbenuşul, se umplu cu icre şi se aşază pe o farfurie. Se garnisesc cu felii rotunde de roşii pe care se presară gălbenuş trecut prin sită. Ouăle umplute se acoperă cu maioneză preparată din ½ gălbenuş crud, ulei şi zeamă de lămîie.

Peste tot se presară mărar tocat, iar marginile farfuriei, cu ceapă verde tocată. În loc de icre negre se pot folosi icre de crap sau de ştiucă.

## 784 Cherci cu unt

**30 g unt, 25 g cherci.**

Cherciul se ține bine în apă timp de 3–4 ore. Apoi se curăță de pielită, se scot toate oasele, se toacă cu satîrul foarte mărunt şi se freacă cu unt pînă ce devine spumos. Se aşază pe farfurie, dîndu-i formă frumoasă.

## 785 Supă pire din găină

**150 g carne de găină, 15 g unt, 10 g ceapă, 10 g pătrunjel, 10 g morcov, 10 g făină albă, 50 g smîntînă, ½ gălbenuş, 750 g apă.**

Se fierbe carnea de găină în apă pînă ce este gata. Ceapa şi zarzavatul tăiat foarte subțire se prăjeşte în unt împreună cu făina pînă ce capătă culoare aurie. Se pune în supă şi se lasă să fiarbă timp de 15-20 min. Se strecoară, se adaugă carnea de găină dată de două ori prin maşina de tocat. Se serveşte dreasă cu smîntînă şi gălbenuş, iar separat cu frigănele (v. 186).

## 786 Supă-cremă de peşte

**100 g şalău, 15 g unt, 50 g smîntînă, ½ gălbenuş, 10 g făină, 1 ceapă, 10 g pătrunjel şi morcov, 500 g apă.**

Se taie mărunt ceapa şi pătrunjelul şi se prăjesc cu unt şi făină pînă ce capătă culoare aurie. Se adaugă apa şi peştele şi se lasă să fiarbă foarte încet, acoperit timp de 20 min. Se trece totul prin sită, se lasă pe foc să mai dea un clocot, două. Se serveşte dreasă cu smîntînă amestecată cu gălbenuş.

## 787 Supă-cremă de mazăre verde

**150 g carne de vacă, 15 g unt, 150 g mazăre verde (boabe), 10 g făină, 50 g smîntînă, ½ gălbenuş, 10 g ceapă, 10 g zarzavat de supă, 50 g pîine albă, ½ linguriță mărar verde.**

Din carne, ceapă şi zarzavat se fierbe o supă. Mazărea se fierbe înăbuşit cu puțină supă, se dă prin sită şi se amestecă cu supa de carne strecurată. Se drege cu făina prăjită în 10 g unt. Se adaugă mărarul. Se lasă să dea un clocot, două, se adaugă 5 g de unt, smîntîna amestecată cu gălbenuşul şi se serveşte cu cuburi de pîine prăjită la cuptor.

## 788 Rulouri de găină umplute cu ficat

**100 g fileu de găină (fîşii de carne moale fără os, de la piept), 20 g ficat de găină sau de gîscă, 10 g ciuperci (marinate sau proaspete), 10 g miez de pîine albă (din ajun), 25 g unt, ½ ou, 10 g lapte.**

Se dau prin maşina de tocat 20 g carne de găină împreună cu miezul de pîine muiat în lapte şi bine stors (se poate toca şi cu satîrul) şi se amestecă cu ficatul înăbuşit în 5 g de unt şi bine tocat. De asemenea se curăță ciupercile, se toacă şi se amestecă cu restul.

În bucățelele subțiri de fileu bine bătute cu ciocanul de lemn, se înfăşoară tocătura (ca la sărmăluțe). Se leagă la mijloc cu ață, se prăjesc în unt, apoi se aşază într-o cratiță cu unt şi se dau la cuptor pentru 10-15 min. Se servesc cu garnituri de legume opărite, cu unt, după ce a fost scoasă ața.

## 789 Şnițel de găină

**120 g fileu de găină (carne moale fără os, de la piept, tăiată fîşii), 25 g smîntînă dulce sau caimac de lapte, 15 g unt proaspăt, 20 g unt topit, 25 g pesmet.**

Fileul se taie bucăți potrivit de mari care se bat cu ciocanul de lemn, se stropesc cu caimac de lapte şi se lasă să stea 10-15 min. Apoi bucățile de carne se dau prin pesmet din pîine albă şi se prăjesc în unt fierbinte. Se servesc cu garnitură de legume sau macaroane fierte şi stropite cu unt topit.

## 790 Sufleu de conopidă cu creier

**150 g conopidă, 80 g creier, 1 ou, 20 g unt, 50 g lapte, 10 g griş, 3 g pesmet alb.**

Se fierbe înăbuşit conopida în lapte cu 1–2 linguri apă şi 5 g unt. Cînd este gata, se dă prin maşină sau prin sită, se adaugă grişul şi se fierbe compoziția la foc mic 6-8 min. După ce se răceşte puțin, se amestecă cu gălbenuşul, creierul fiert, tăiat bucăți mici sau strivit, şi albuşul bătut spumă. Se aşază într-o formă unsă cu unt şi presărată cu pesmet, se stropeşte cu unt şi se coace la cuptor.

Înainte de a servi se mai stropeşte o dată sufleul cu unt topit.

## 791 Budincă din biscuiți

**50 g biscuiți, 100 g lapte, 20 g stafide, 10 g zahăr, 20 g unt, 1 ou.**

Se pisează biscuiții în piuliță, apoi se moaie cu laptele amestecat cu gălbenuşul de ou. Se lasă 10-15 min, se adaugă zahărul, stafidele spălate, 15 g unt topit şi spuma de albuş. Se toarnă compoziția într-o formă unsă cu unt şi se coace la cuptor sau se fierbe în baia de apă.

## 792 Scrumbii cu măduvă

**40 g fileu de scrumbie, 25 g unt proaspăt, 25 g măduvă de os.**

Fileul de scrumbie desărată se trece prin sită sau se toacă foarte fin împreună cu măduva. Se pune într-un castron şi se freacă cu untul pînă ce devine o pastă spumoasă.

Se aşază pe farfurie şi se garniseşte cu felioare de lămîie şi 2–3 măsline. Se ține la rece pînă se serveşte.

## 793 Şalău în aluat

**120 g şalău, 20 g unt topit, 30 g făină, 3 g zahăr, 25 g smîntînă, ½ ou.**

Se amestecă făina cu zahărul, smîntîna, gălbenuşul şi spuma de albuş. Peştele curățat de oase şi pieliță se taie în 4-5 bucăți. Se ia fiecare bucățică de peşte cu furculița, se dă prin aluat şi se prăjeşte în unt topit pe amîndouă părțile. Se serveşte cu cartofi prăjiți.

## 794 Budincă din peşte cu sos de ou

**150 g şalău, 1 ou, 5 g făină, 50 g lapte, 70 g unt, 10 g zeamă de lămîie, 1 gălbenuş, 3 g parmezan (sau caşcaval), 30 g apă.**

După ce s-au scos oasele şi pielița, se fierbe înăbuşit peştele cu 30 g apă şi 10 g unt. După ce s-a răcit, se dă prin maşina de tocat, se amestecă cu laptele, 15 g unt topit, făina, gălbenuşul şi la sfîrşit spuma de albuş. Se aşază totul într-o formă unsă cu unt şi presărată cu parmezan ras şi se coace la cuptor. Se serveşte cu următorul sos: 40 g unt încălzit puțin şi gălbenuşul se amestecă mereu pe marginea maşinii sau pe baie de apă pînă se îngroaşă, apoi se adaugă zeama de lămîie.

## 795 Tort de biscuiți, nuci şi ficat crud

**20 g făină de grîu, 50 g zahăr, 1 ou, 60 g ficat, 25 g nuci, 50 g fructe uscate (curmale, smochine, stafide sau caise), 75 g frişcă.**

Se bate albuşul spumă. Cînd este aproape gata bătut se adaugă 10 g zahăr şi se mai bate pînă se topeşte bine zahărul. Gălbenuşul se freacă cu 10 g zahăr, se adaugă albuşul bătut, făina, puțin cîte puțin (în ploaie). Se unge cu unt o formă mică sau se taie din hîrtie un rotogol care se aşază pe o tavă mai mare, se toarnă compoziția şi se coace la cuptor. Fructele se fierb cu restul de zahăr şi 2-3 linguri de apă pînă ce se moaie puțin, apoi se toacă foarte mărunt şi se freacă cu ficatul care a fost tăiat ca tăițeii, opărit cu apă fierbinte şi trecut prin sită.

Se taie tortul în trei blaturi, iar fiecare blat se unge cu crema de ficat şi fructe şi cu nuci pisate mărunt.

Se garniseşte cu frişcă.

## 796 Salată de ficat cu legume

**50 g ficat de vacă sau vițel, 50 g cartofi, 30 g morcovi, 30 g sfeclă, 30 g varză dulce, 30 g castraveți, 20 g ceapă, 40 g roşii, 10 g ulei, 25 g smîntînă, 1 linguriță mărar şi pătrunjel tocat, oțet (după gust).**

Se taie ficatul ca tăițeii, se aşază pe o sită şi se opăreşte cu apă fierbinte. Se lasă să se scurgă şi să se răcească.

În acest timp se fierb cartofii, morcovii şi sfecla. După ce s-au răcit, se taie felii potrivit de mari şi se amestecă cu ceapa tăiată peştişori, varza tocată fin, castraveții şi roşiile tăiate felii subțiri, apoi cu ficatul.

Se amestecă totul cu uleiul şi oțetul, se aşază pe o farfurie, se stropeşte cu smîntînă şi se presară cu verdeață.

# Pentru bolnavii de gastrită hipoacidă

## 797 Supă din cartofi, morcovi şi orez

**100 g cartofi, 75 g morcovi, 25 g orez, 20 g unt, ½ gălbenuş de ou, 200 g lapte, 2 pahare apă, cuburi de pîine prăjită.**

Se fierbe în apă orezul, împreună cu morcovii şi cartofii curățați, bine spălați şi tăiați mărunt. Cînd zarzavatul şi orezul s-au muiat, se dau prin sită, strivindu-se bine, se adaugă laptele clocotit şi untul; se amestecă, apoi se drege cu jumătate de gălbenuş de ou.

Se serveşte cu mici cuburi de pîine prăjită.

## 798 Supă din fulgi de ovăz

**40 g fulgi de ovăz, 40 g caimac de lapte, 100 g lapte, 20 g unt, ½ gălbenuş de ou, 500 g apă.**

Fulgii de ovăz, bine fierţi şi trecuţi prin sită, se pun din nou la foc, ca să dea un clocot, două. Apoi se adaugă laptele clocotit, caimacul şi untul, se amestecă şi se drege cu gălbenuş de ou.

## 799 Supă de griş

**50 g morcovi, 59 g cartofi, 30 g griş, 20 g unt, 1½ pahar apă, 1 pahar lapte, ½ gălbenuş.**

Se prepară la fel ca reţeta 797.

## 800 Supă de arpacaş

**40 g arpacaş, 150 g lapte, 20 g unt, 3 g zahăr, 500 g apă, ½ gălbenuş.**

Arpacaşul bine spălat se fierbe în apă, la foc mic, acoperit, timp de circa 1 oră. Cînd arpacaşul este bine fiert, se dă prin sită, se pune din nou la foc ca să dea un clocot, apoi se ia de pe foc, se adaugă laptele, untul şi zahărul. Se amestecă bine şi se drege cu gălbenuşul de ou.

## 801 Sufleu de şalău

**150 g şalău, 5 g făină, 20 g unt, ½ ou, 40 g lapte.**

Carnea de peşte curăţată de oase se împarte în două părţi egale. Prima parte se fierbe în apă şi se dă prin maşina de tocat după ce s-a răcit, împreună cu peştele rămas nefiert. Făina se amestecă bine cu laptele ca să nu se facă cocoloaşe, se pune la fiert amestecînd neîncetat cu lingura pînă se îngroaşă bine. Se ia de pe foc, se lasă să se răcească, se amestecă cu peştele tocat, adăugînd oul bătut şi 10 g unt topit. Se aşază compoziţia într-o formă unsă şi se fierbe pe baie de apă pînă este gata. Se serveşte cu restul de unt topit.

## 802 Găluşte de şalău

**100 g şalău, 10 g miez de pîine albă, 30 g smîntînă dulce sau caimac de lapte, 15 g unt.**

Carnea de şalău, curăţată de piele şi de oase, se dă prin maşina de tocat, împreună cu pîinea muiată în apă şi bine stoarsă şi se amestecă cu caimacul sau smîntîna.

Cu ajutorul unei linguri se fac 2–3 grămăjoare (găluşte), se pun pe o tigaie unsă cu unt, se acoperă cu apă şi se lasă să fiarbă timp de 10 min.
Se scot din apă, se aşază pe o farfurie încălzită, iar peste ele se pune untul tăiat bucăţi.

## 803 Crochete de cartofi şi carne

**120 g cartofi, 50 g carne de vacă, 15 g unt, 2 ouă, 100 g lapte.**

Cartofii fierţi se dau prin sită, se amestecă bine împreună cu ½ de ou bătut şi 25 g lapte. Din pasta obţinută se fac turtiţe, pe mijlocul fiecăreia se pune carnea fiartă şi tocată. Marginile turtiţei se adună, se lipesc şi se rotunjesc (ca la găluşte cu marmeladă).
Se aşază într-o tigaie mică unsă cu unt, se acoperă cu ouăle bătute şi amestecate cu laptele. Tigaia se acoperă şi se fierbe pe baie de apă pînă sînt gata. Se servesc punînd cîte o bucăţică de unt pe fiecare crochetă.

## 804 Crochete de carne şi ouă

**150 g carne de vacă, 20 g miez de pîine albă, ½ ou, 15 g unt, 15 g lapte.**

Carnea şi pîinea muiată în apă şi bine stoarsă se dau prin maşina de tocat şi se amestecă bine cu 5 g unt. Jumătate de ou se bate cu furculiţa, se amestecă cu laptele, se toarnă într-o tigaie unsă cu puţin unt şi se fierbe pe baia de apă, obţinînd astfel o omletă.
Din tocătură se fac două turtiţe. Peste una din turtiţe se aşază omleta tocată cu cuţitul, se acoperă cu a doua turtiţă, se lipesc marginile, se aşază într-o tigaie unsă şi se fierbe pe baia de apă.
Se serveşte cu bucăţi mici de unt puse pe deasupra.

## 805 Crochete de carne, fierte

**150 g carne de vacă, 15 g orez, 15 g unt, ½ pahar apă, ½ ou.**

Se dă carnea de două ori prin maşina de tocat, se amestecă cu orezul fiert în apă (pînă cînd toată apa a scăzut) şi răcit şi cu oul. Din această pastă facem mici perişoare pe care le aşezăm într-o cratiţă mică sau într-o tigaie unsă cu unt. Acoperim cu apă şi lăsăm să fiarbă 5–6 min.
Se scot din apă, se scurg bine şi se servesc cu bucăţele de unt.

## 806 Pire de legume

**60 g morcovi, 60 g conopidă, 60 g mazăre verde, 30 g fasole verde, 60 g lapte, 25 g unt, 5 g zahăr.**

Se fierb morcovii în apă, înăbuşit, pînă cînd scade toată apa. Celelalte legume se fierb separat în apă, se strecoară şi se dau prin maşina de tocat împreună cu morcovii. Pasta obţinută se amestecă cu laptele fierbinte, cu zahărul şi cu 15 g unt topit. Se serveşte cu restul de unt, topit.

## 807 Sufleu de morcovi şi mere

**75 g morcovi, 75 g mere de calitate bună, 20 g unt, ½ ou, 10 g zahăr, 10 g griş, 50 g lapte.**

Morcovii, curăţaţi şi bine spălaţi, se taie ca fideaua şi se fierb în lapte. Cînd sînt fierţi, se dau prin maşină împreună cu merele curăţate de coajă şi de căsuţa cu sîmburi. Se amestecă bine adăugînd zahărul, grişul, oul bătut şi 10 g unt topit.

Se pune compoziţia obţinută într-o formă unsă cu unt şi se fierbe pe baie de apă. Se serveşte cu restul de unt topit.

## 808 Sufleu de griş

**50 g griş, 100 g lapte, 15 g unt, 10 g zahăr, ½ ou, 25 g apă, unt pentru formă.**

Se fierbe grişul în apă amestecată cu laptele, timp de 10 min. Se ia de pe foc, se amestecă cu zahărul şi untul, se adaugă oul bătut şi se mai amestecă uşor, apoi se aşază într-o formă unsă cu unt şi se fierbe pe baia de apă pînă este gata.

## 809 Ruladă din orez şi mere

**50 g mere, 50 g orez, 100 g lapte, ½ ou, 20 g unt, 10 g zahăr, 25 g apă.**

Orezul, spălat şi foarte bine uscat, se macină în rîşniţa de cafea sau se pisează foarte fin. Apoi se fierbe în apa amestecată cu laptele pînă se îngroaşă. Se adaugă 5 g unt, oul şi zahărul, se amestecă bine şi se lasă să se răcească.

Pe o bucată de tifon sau pe un şerveţel curat muiat în apă, se întinde pasta de orez într-un strat de grosimea unui centimetru, peste care se aşază merele curăţate şi date pe răzătoare (se presează merele cu mîna), apoi cu ajutorul tifonului sau al şervetului se rulează.

Rulada obţinută se aşază într-o tigăiţă unsă cu unt, se acoperă şi se fierbe pe baia de apă pînă este gata. Se serveşte cu restul de unt încălzit.

## 810 Omletă cu sos

**75 g lapte, 20 g unt, ¾ ou, 3 g făină.**

Se bate oul, se amestecă cu 25 g lapte şi se pune într-o tigaie unsă cu puţin unt. Se fierbe pe baia de apă pînă se obţine o omletă. După ce s-a răcit se toacă.
Se amestecă făina cu laptele, puţin cîte puţin ca să nu se formeze cocoloaşe, se pune la foc să dea cîteva clocote, amestecînd mereu. Se ia de la foc, se amestecă cu restul de unt şi cu omleta tocată.

## 811 Omletă la abur

**2 ouă, 60 g lapte, 10 g unt.**

Se bat bine ouăle, se amestecă cu laptele, se toarnă în tigaia unsă cu unt şi se pune pe baia de apă.
Cînd este gata, se răstoarnă omleta pe o farfurie şi se garniseşte cu bucăţele de unt proaspăt.

## 812 Cremă din brînză de vacă

**100 g brînză de vacă, 10 g unt, ½ gălbenuş de ou, 35 g smîntînă, 15 g zahăr, 20 g lapte, puţină vanilie sau vanilină.**

Se freacă gălbenuşul cu 10 g zahăr, se adaugă laptele şi se pune pe foc mic, amestecînd mereu cu lingura, pînă începe să se îngroaşe puţin (nu trebuie să fiarbă).
Se ia de pe foc şi se amestecă cu brînza trecută prin sită, cu untul, vanilia şi 20 g smîntînă.
Se aşază pe o farfurie, se dă o formă frumoasă şi se garniseşte cu restul de smîntînă amestecată cu 5 g de zahăr.

## 813 Sufleu din brînză de vacă cu biscuiţi

**120 g brînză de vacă, 20 g biscuiţi, 15 g zahăr, ½ ou, 10 g unt, 30 g smîntînă, lapte cît e necesar.**

Se pisează biscuiţii foarte fin, se amestecă cu zahărul şi cu laptele şi se lasă să stea 10–15 min. Se amestecă apoi cu gălbenuşul, brînza trecută prin sită şi 5 g unt topit, la sfîrşit adăugînd şi albuşul bătut. Se aşază compoziţia într-o formă unsă cu unt şi se fierbe pe baia de apă. Se serveşte cu smîntînă.

## 814 Spumă de albuş cu sos de fructe

**1 albuş, 30 g zahăr, 50 g căpşuni sau zmeură, 5 g făină de griş sau de cartofi, 100 g apă, vanilie.**

Se bate albuşul spumă adăugînd treptat 15 g zahăr şi vanilie. Într-o cratiţă mică cu 100 g apă clocotită se pune

albuşul cu ajutorul unei linguri de masă, lăsînd să fiarbă 1–2 min, apoi se întoarce pe cealaltă parte, se acoperă cratița cu un capac şi se mai lasă să fiarbă încă 2–3 min.
Se scoate albuşul fiert cu o lingură de spumă, se pune într-o sită şi se lasă să se scurgă bine de apă. Se aşază pe o farfurie şi se toarnă pe deasupra următorul sos de fructe: fructele, bine strivite, se amestecă cu zahărul şi cu făina, se pun pe foc amestecînd continuu şi se lasă să dea un clocot, două.

### 815 Suc de morcovi cu caimac sau smîntînă dulce

**15 g morcovi, 50 g caimac de lapte sau smîntînă dulce, 50 g apă.**

Morcovii, curățați şi spălați, se rad pe răzătoarea măruntă, se amestecă cu 50 g apă fiartă şi răcită şi se storc prin tifon. Sucul obținut se amestecă bine cu caimacul. Se serveşte puțin călduț.

## Pentru bolnavii de enterite

### 816 Supă degresată cu pîine prăjită

**100 g oase (sită), 50 g carne macră, 20 g zarzavat (pătrunjel, morcov, ceapă), ½ albuş.**

Se pun la fiert 600 g apă cu oasele sparte mărunt şi zarzavatul. Se spumează, se acoperă şi se lasă să fiarbă foarte încet timp de 45 min. se adaugă carnea tocată la maşină şi amestecată cu albuşul şi 50 g apă şi se lasă să mai fiarbă încă o oră. Se strecoară printr-un şervet des, se degresează şi se serveşte cu felii de franzeluță, uscate la cuptor, sau cu 50 g de orez fiert.

### 817 Chiftele de carne cu usturoi

**100 g carne, 15 g orez, 10 g unt, 1 cățel usturoi.**

Carnea se dă prin maşină, se adaugă orezul fiert, strecurat de apă şi răcit, usturoiul zdrobit, se amestecă bine şi se fac 3–4 chifteluțe. Se fierb pe baia de apă 10 min pe o parte şi 10 min pe cealaltă. Se servesc fierbinți cu bucățele de unt.

818 **Cîrnaţi**

**150 g carne, 15 g orez, 10 g unt, 2 căţei usturoi.**

Se dă prin maşină de 2–3 ori carnea cu usturoiul, se amestecă cu orezul fiert bine, strecurat şi răcit. Se aşază pasta de carne pe o bucată de tifon muiată în apă, dîndu-i forma de cîrnat, se înfăşoară în tifon legînd capetele cu aţă şi se fierbe la abur timp de 15–20 min.
Cînd este gata se scoate din tifon, se taie 2–3 bucăţi şi se serveşte fierbinte, stropit cu unt încălzit.

819 **Crochete din piept de găină**

**150 g piept de găină, 15 g orez, 10 g unt, ½ albuş fiert.**

Se trece carnea prin maşină de 2–3 ori împreună cu jumătate din orezul fiert. Se fac două turtiţe. Pe una din ele se aşază la mijloc restul de orez fiert amestecat cu albuşul fiert şi tocat mărunt. Se aşază pe deasupra a doua turtiţă, se lipesc bine marginile şi se fierb la abur.
Se serveşte fierbinte cu unt proaspăt încălzit.

820 **Omletă din albuş**

**3 albuşuri, 5 g unt.**

Albuşul bătut spumă se amestecă cu 5 g apă, se aşază într-o tigăiţă unsă cu unt şi se fierbe în abur.
Se serveşte cu o bucăţică de unt aşezată peste omletă.

821 **Sufleu de brînză de vacă cu sos de vişine**

**150 g brînză de vacă, 10 g unt, 15 g zahăr, 10 g griş, ½ ou, 5 g făină de cartofi, 25 g vişine, 180 g apă.**

Se fierbe grişul cu 30 g apă pînă ce este gata. Se lasă să se răcească, se amestecă cu brînza dată prin sită, 5 g zahăr, 5 g unt încălzit, gălbenuşul şi albuşul spumă. Se aşază compoziţia într-o formă unsă cu unt şi se fierbe la abur.
Vişinile, bine spălate, fără sîmburi se fierb în 150 g apă pînă se moaie, se strecoară, se strivesc prin sită, se amestecă cu făina de cartofi, restul de zahăr, şi se pun la fiert amestecînd neîncetat pînă dă un clocot, două.
Se toarnă fierbinte peste sufleu şi se serveşte imediat.

822 **Budincă de orez cu bulion de carne**

**50 g orez, 200 g bulion de carne, 15 g unt proaspăt, ½ ou.**

Orezul, spălat şi bine uscat, se macină în rîşniţa de cafea sau se pisează foarte fin în piuliţă. Se pune la fiert cu

200 g bulion (zeamă de oase şi carne, degresată). Se fierbe încet pînă este gata.
În pasta de orez răcită se adaugă jumătate de gălbenuş şi jumătate de albuş bătut spumă, 5 g unt încălzit, se amestecă bine şi se aşază într-o formă unsă cu unt. Se fierbe la abur timp de 15–20 min. Se serveşte cu restul de unt proaspăt.

### 823 Orez cu cacao

**50 g orez, 5 g zahăr, 10 g unt, 5 g cacao, 250 g apă.**

Se fierbe orezul în apă (ca la orez cu lapte). Cînd este gata se adaugă cacaoa amestecată cu zahărul, se amestecă bine, se aşază pe o farfurie şi se serveşte cu o bucată de unt (10 g) tăiată feliuțe.

### 824 Cacao cu zeamă de orez

**5 g cacao, 10 g orez, 10 g zahăr, 300 g apă.**

Se fierbe orezul în apă pînă înfloreşte. Se strecoară prin sită. În zeama de orez se adaugă cacaoa amestecată cu zahărul, se pune pe foc şi se lasă să dea un clocot. Se strecoară din nou. Astfel se obține un pahar de cacao.
După prescripția medicului, se pot adăuga 10-15 g unt proaspăt.

## Pentru hepatici

### 825 Supă de zarzavat cu omletă din albuş

**100 g cartofi, 30 g morcovi, 2 pătrunjei, 50 g varză, 5 g pătrunjel verde, 1 albuş, 20 g smîntînă, 5 g unt, 10 g lapte, sare.**

Zarzavatul, curățat şi bine spălat, se taie în bucăți mici, se aşază într-o oală, se sărează puțin şi se acoperă cu apă. Se lasă pe foc să fiarbă încet, acoperit, aproape o oră. Se strecoară prin sită, se pune din nou la foc ca să se înfierbînte. În acest timp se bate albuşul spumă, se amestecă cu laptele şi se prăjeşte o omletă în tigaia unsă cu unt. Cînd este gata se taie în 5–6 bucăți, se aşază într-o farfurie adîncă, se adaugă verdeața tocată, smîntîna şi restul de unt, se toarnă deasupra supa fierbinte, se amestecă şi se serveşte.

### 826 Supă cu pire de conopidă

**100 g conopidă, 100 g cartofi, 20 g orez, 100 g lapte, 10 g unt, 600 g apă.**

Conpida şi cartofii, curățați, spălați bine, se taie în bucăți mici. Se pun la fiert în oală cu 300 g apă şi se lasă să fiarbă încet, acoperit, pînă ce se moaie, apoi se trece totul prin sită.

Orezul, bine spălat, se fierbe cu 300 g apă. Cînd este gata, se trece prin sită şi se adaugă supa de zarzavat. Se pune la foc să se înfierbînte şi se drege cu lapte. Se adaugă untul.

## 827 Supă din sfeclă

**150 g sfeclă roşie, 50 g smîntînă, 10 g zahăr, 1 albuş, 10 g salată verde, puțin pătrunjel şi mărar tocat, zeama sau sare de lămîie (după gust), 600 g apă, sare (după gust).**

Sfecla, curățată şi bine spălată, se dă prin răzătoarea de zarzavat, se adaugă ceapa, se aşază într-o oală cu apă şi se lasă să fiarbă încet, acoperit, pînă ce este gata. Se strecoară, zeama se pune din nou la foc, se adaugă sarea de lămîie, zahărul şi sarea. Cînd dă un clocot, se adaugă albuşul de ou fiert şi tocat, salata, spălată şi tăiată ca tăițeii, şi se ia imediat de la foc (nu trebuie să fiarbă).

Se drege cu smîntînă şi se serveşte cu verdeață tocată.

## 828 Ciorbă de zarzavat

**100 g varză, 50 g sfeclă, 50 g cartofi, 10 g morcovi, 10 g țelină, 50 g roşii, 10 g unt, 30 g smîntînă, sare de lămîie (după plac), sare, verdeață tocată, 400 g apă.**

Sfecla, curățată şi bine spălată, se dă pe răzătoarea de zarzavat, se stropeşte cu puțină sare de lămîie şi sare şi se pune la fiert 20–25 min, cu 200 g apă. Apoi se adaugă morcovul şi țelina, tăiate ca fideaua, lăsînd să fiarbă mai încet, acoperit, 10–15 min.

Se pun varza tocată, cartofii tăiați bucăți mici, roşiile felii subțiri, curățate de pieliță şi semințe, şi încă 200 g de apă. Se acoperă şi se lasă să fiarbă pînă este gata, apoi se adaugă verdeața tocată. Se serveşte dreasă cu smîntînă. Se adaugă untul.

## 829 Budincă din carne de găină

**100 g carne de găină, 10 g făină, 50 g lapte, 15 g unt, 40 g conopidă, 40 g morcovi, 1 albuş, sare.**

Morcovii, curățați şi bine spălați, se dau pe răzătoarea de zarzavat, se aşază într-o cratiță, se adaugă conopida tăiată bucăți, 10 g unt, 1 lingură de apă, se acoperă şi se lasă să fiarbă încet, înăbuşit, pînă este gata, apoi se trece prin sită. Carnea fiartă se dă prin maşina de tocat. Făina se amestecă cu laptele, se pune pe foc şi se amestecă cu lingura pînă se îngroaşă. Se ia de la foc, se adaugă restul de unt, carnea tocată şi se amestecă.

Într-o cratiță mică unsă cu unt se întinde pasta de carne și se pune să fiarbă în abur, lăsînd-o pînă este aproape gata. Se ia de la abur și se acoperă pasta de carne cu zarzavatul dat prin sită și amestecat cu albușul bătut. Se adaugă sare. Se coace la cuptor.

## 830 Sărmăluțe din carne fiartă

**250 g varză dulce, 20 g orez, 100 g carne fiartă, 20 g pătrunjel, 20 g morcov, 5 g pătrunjel verde, 5 g făină, 30 g smîntînă, 10 g unt, 75 g supă de zarzavat sau borș fiert, sare.**

Se opărește varza cu apă sărată. Se aleg foi subțiri, se îndepărtează partea groasă de la mijlocul foii. Morcovul și pătrunjelul se taie ca fideaua și se pun într-o cratiță cu 5 g unt și cîteva linguri de apă. Se acoperă și se lasă să fiarbă înăbușit pînă se moaie. Orezul se fierbe în apă cu puțină sare pînă cînd înflorește, se strecoară și se scurge bine.

Carnea, bine fiartă, se dă prin mașina de tocat, se adaugă făina, orezul fiert și zarzavatul, se amestecă bine, se adaugă sarea și se învîrtesc sarmale. Se așază în cratiță, se pune smîntîna amestecată cu supa de zarzavat sau borșul și se dă la cuptor. Se servește cu 5 g unt încălzit.

## 831 Ruladă de șalău

**150 g de șalău, 20 g miez de franzelă, 35 g lapte, 10 g unt, 20 g smîntînă, 3 g făină, 1 albuș, sare.**

Carnea de șalău (curățată de piele și de oase) și miezul de pîine muiat în lapte se dau de două ori prin mașina de tocat, se adaugă puțină sare, 5 g unt topit și se amestecă bine. Se face o omletă din albușul amestecat cu 10 g lapte și puțină sare (se coace la abur).

Pasta de pește se întinde pe o bucată de tifon stropită cu apă, peste ea se așază omleta de albuș, se rulează și se fierbe la abur. Cînd este gata, se scoate din tifon, se așază pe o tăviță unsă cu unt, se toarnă peste ruladă un sos preparat din smîntînă și făină, se stropește cu restul de unt și se coace la cuptor. Se servește în tăviță.

## 832 Budincă de dovlecei și mere

**125 g dovlecei tineri, 80 g mere, 25 g lapte, 15 g unt, 10 g zahăr, 1 albuș, 15 g griș, 30 g smîntînă îndulcită.**

Dovleceii, rași și spălați, se dau prin răzătoarea de zarzavat și se fierb înăbușit cu laptele și 10 g unt. Cînd dovleceii sînt aproape moi, se adaugă merele curățate și rase, grișul

şi zahărul. Se acoperă şi se lasă să fiarbă foarte încet încă 5 min, după aceea se ţine la marginea maşinii, acoperit, încă 5–10 min.

Se ia de pe maşină, se lasă să se răcorească, apoi se amestecă cu albuşul bătut şi se aşază într-o formă unsă cu unt. Se coace la cuptor şi cînd este gata, se serveşte cu smîntîna îndulcită.

## 833 Chifteluţe din morcovi şi mere

**100 g morcovi, 100 g mere, 1 albuş, 15 g unt, 10 g griş, 10 g pesmet, 10 g zahăr, 30 g smîntînă.**

Morcovii, curăţaţi şi spălaţi, se taie ca fideaua, se pun la fiert cu 10 g unt şi ¼ pahar apă. Se lasă să fiarbă încet, înăbuşit, pînă sînt gata, apoi se adaugă merele curăţate şi rase, şi zahărul. Se fierbe încă 5–6 min, se adaugă grişul şi se mai lasă 5–10 min, să fiarbă pe marginea maşinii. După ce se răceşte puţin, se amestecă cu albuşul de ou, bătut. Din pasta obţinută se fac chifetluţe care se dau prin pesmet sau prin făină. Se aşază chifteluţele într-o tavă unsă cu unt, se stropes cu unt şi se coc la cuptor. Se servesc cu smîntînă.

## 834 Omletă cu conopidă

**250 g conopidă, 5 g unt, 2 albuşuri, 60 g lapte, 30 g smîntînă, sare.**

Se fierbe conopida în apă puţin sărată, se scurge bine de apă, se desface în bucheţele şi se aşază într-o cratiţă mică unsă cu unt. Se acoperă cu albuşul bătut şi amestecat cu laptele, smîntîna şi puţină sare. Se coace la cuptor.

## 835 Omletă din albuş

**3 albuşuri, 30 g smîntînă, 20 g lapte, 3 g unt, sare.**

Se bat albuşurile spumă, se adaugă smîntîna, laptele şi puţină sare. Se amestecă uşor şi se coace într-o tigaie unsă cu unt.

## 836 Salată de roşii cu mere şi smîntînă

**100 g pătlăgele roşii, 100 g mere bune, 40 g smîntînă, 5 g pătrunjel verde tocat, sare.**

Pătlăgelele se curăţă de pieliţă, se scutură de seminţe, se taie felii şi se amestecă cu merele curăţate de coajă şi tăiate felii foarte subţiri, smîntîna şi puţină sare, apoi se presară pătrunjelul tocat.

### 837 Papanaşi cu morcovi

**150 g brînză de vacă, 30 g făină, 15 g morcovi, 10 g unt, 15 g zahăr, 30 g smîntînă, ½ ou.**

Morcovii, raşi şi bine spălaţi, se taie ca fideaua şi se pun la fiert înăbuşit cu 5 g unt şi 2–3 linguri de apă. Cînd se moaie şi apa a mai scăzut, se lasă să se răcească, se strivesc, apoi se amestecă cu brînza dată prin sită, 15 g făină, zahărul, oul şi 10 g smîntînă. Se fac turtiţe, se dau prin făină, se aşază pe o tavă unsă cu unt, se acoperă cu restul de smîntînă şi se coc la cuptor. Se servesc fierbinţi.

### 838 Fructe în gelatină

**25 g piersici sau caise, 25 g mere, 25 g pere, 25 g zahăr, 3 g gelatină, 25 g zeamă de lămîie, 150 g apă, 1 bucăţică mică de baton de vanilie, coajă de lămîie.**

Se pune pe foc apa cu zahărul, se lasă să dea un clocot, apoi se dă la o parte, se adaugă zeama şi coaja de lămîie, gelatina, vanilia şi se amestecă pînă se topeşte gelatina. Se strecoară printr-o sită sau printr-un tifon.
Se curăţă fructele de coajă, se scot sîmburii, se taie felii subţiri, se amestecă, se aşază într-o formă şi se acoperă cu siropul cu gelatină, călduţ. Se lasă la rece să se închege, apoi se serveşte cu un sirop după plac.

## Pentru bolnavii cardiaci

### 839 Supă cu griş

**60 g cartofi, 75 g morcovi, 75 g pătrunjel, 10 g unt, 5 g griş, 10 g pîine uscată, 600 g apă, ½ linguriţă pătrunjel tocat.**

Morcovii şi pătrunjelul se curăţă, se spală şi se dau pe răzătoarea de zarzavat. Se pun la fiert cu apa timp de 25–30 min (la foc mic). Se strecoară, iar zeama se pune din nou la fiert împreună cu cartofii tăiaţi cuburi mici. Cînd cartofii sînt aproape gata, se adaugă grişul şi se mai lasă la fiert pînă se fierb cartofii. Se adaugă untul, pătrunjelul tocat şi se serveşte cu bucăţi de pîine uscată la cuptor.

### 840 Supă de dovleac cu griş

**350 g lapte, 100 g dovleac, 15 g griş, 10 g unt, 10 g zahăr, 150 g lapte.**

Dovleacul ras pe răzătoarea de zarzavat se pune la fiert cu apa şi se lasă să fiarbă încet, acoperit, pînă este gata. Se trece totul prin sită.

Se fierbe 10 min. grişul cu laptele şi zahărul, se adaugă dovleacul trecut prin sită şi se mai lasă să dea un clocot. Se serveşte cu unt proaspăt.

## 841 Supă dulce de mere

**150 g mere creţeşti, 20 g zahăr, un vîrf cuţit scorţişoară pisată, 50 g pîine albă, 500 g apă, 10 g unt.**

Merele, curăţate de coajă, se rad pe răzătoarea de zarzavat. Se pun la fiert cu apă timp de 10 min, se adaugă zahărul şi se mai lasă să fiarbă încă 5–6 min. Se adaugă scorţişoara şi după ce dau un clocot, se iau de pe foc, se adaugă untul proaspăt şi se serveşte supa cu cuburi de pîine uscată la cuptor.

## 842 Supă de varză

**100 g varză dulce, 100 g morcov, 75 g pătrunjel, 10 g unt, 30 g orez, 600 g apă, puţin pătrunjel verde tocat.**

Morcovul şi pătrunjelul, curăţaţi şi spălaţi, se rad pe răzătoarea de zarzavat şi se fierb cu apă 15–20 min, apoi se strecoară. Zeama se pune din nou la foc, împreună cu varza tăiată ca tăiţeii. Cînd varza este fiartă, se adaugă orezul fiert, strecurat şi spălat cu apă rece. Se lasă să dea un clocot, se ia de la foc şi se serveşte adăugînd untul şi pătrunjelul tocat.

## 843 Biftec de carne fiartă

**200 g carne moale, 25 g unt, 50 g ceapă.**

Carnea se taie felii subţiri, potrivit de mari. Se bate cu ciocanul de lemn ca pentru şniţel, se aşază într-o cratiţă unsă cu unt, se adaugă apa cît să cuprindă carnea pe jumătate, se acoperă cu capacul şi se lasă să fiarbă încet 10–15 min. Apoi se scoate carnea din cratiţă, se lasă să se mai scurgă puţin şi se prăjeşte în unt pe amîndouă părţile. În acest timp, se taie ceapa inele foarte subţiri, se fierbe în apă pînă este aproape gata, se strecoară prin sită, se lasă să se zvînte şi se prăjeşte în unt, apoi se aşază peste carne. Se serveşte cu cartofi prăjiţi, dovlecei sau conopidă fiartă.

## 844 Crochete de griş cu carne

**50 g griş, 150 g lapte, 80 g carne fiartă, 20 g unt, ½ ou, 10 g făină.**

Se fierbe la foc mic grişul cu laptele şi 5 g unt timp de 10 min, amestecînd continuucu lingura. Se lasă să se ră-

cească, apoi se amestecă bine cu oul. Din această compoziție se fac turtițe. Se aşază în mijlocul unei turtițe carnea fiartă şi dată prin maşină, se acoperă cu altă turtiță, lipindu-se marginile, se dau prin făină şi se prăjesc în unt pe amîndouă părțile. Se servesc cu morcovi sau mazăre fiartă şi opărită cu unt.

## 845 Rasol cu sos

**150 g carne fiartă, 5 g unt proaspăt, 30 g smîtînă, 5 g făină, 10 g stafide, 120 g zeamă în care a fiert zarzavat, puțin mărar tocat.**

Carnea macră, fără grăsime, se taie în patru bucăți. Se aşază într-o cratiță, se adaugă apa şi stafidele bine spălate. Se lasă să fiarbă încet, acoperit, timp de 10 min. Se adaugă zeama. Făina se amestecă bine cu smîntîna ca să nu facă cocoloaşe, se toarnă în cratița cu carnea şi se lasă să mai dea cîteva clocote. Se serveşte cu unt şi cu mărar tocat.

## 846 Şalău în sos de lapte

**20 g şalău, 5 g unt, 25 g lapte, 100 g cartofi.**
**Sos: ½ lingură făină, ¾ pahar lapte, 20 g unt.**

Şalăul, tăiat în bucăți potrivite, se fierbe, se lasă să se răcească în apă, apoi se scot oasele mari, se aşază într-o tigaie unsă puțin cu unt. Se amestecă bine făina cu laptele, se bate ca să nu rămînă cocoloaşe şi se pune la foc să dea un clocot, apoi se adaugă untul, se amestecă bine şi se toarnă peste şalău. Se dă la cuptor pentru 15 min, şi se serveşte cu pire de cartofi făcut din 100 g cartofi, 25 g lapte şi 5 g unt.

## 847 Şnițel de legume

**40 g țelină, 40 g morcov, 40 g castraveți, 75 g varză dulce, 50 g gulii, 20 g unt, ½ ou, 10 g griş, 10 g făină, 20 g lapte.**

Morcovii şi țelina, curățate şi spălate, se dau pe răzătoarea de zarzavat şi se pun la foc înăbuşit cu puțină apă şi 5 g unt. Se fierb pînă sînt gata şi scade toată apa.

Separat se fierb înăbuşit varza şi guliile tăiate ca tăițeii, cu 20 g lapte. Cînd este gata, se amestecă cu țelina şi morcovii, se adaugă castraveții raşi pe răzătoare, grişul şi oul. Se amestecă totul bine, se fac 3–4 turtițe în formă de şnițel, se dau prin făină şi se prăjesc în unt. Se pot servi cu sos de lapte sau cu pire de cartofi.

## 848 Sărmăluțe fără carne

**200 g varză dulce, 150 g mere, 50 g morcovi, 50 g pătrunjel, 50 g țelină, 25 g orez, 20 g unt, 30 g smîntînă, 1 linguriță pătrunjel şi mărar tocat.**

Orezul, bine spălat, se pune în tigaie cu 2–3 linguri de apă, se lasă să dea cîteva clocote pînă ce se umflă puțin şi apa scade. Se adaugă untul, verdeața tocată, merele, pătrunjelul, țelina şi morcovul, curățate, spălate şi date pe răzătoarea de zarzavat. Se amestecă totul bine şi cu această umplutură se fac sarmale. Se aşază sarmalele în cratiță, se toarnă apă cît să le acopere şi se pun la fiert. Se servesc cu smîntînă.

## 849 Mere umplute cu brînză de vacă

**250 g mere, 30 g stafide, 60 g brînză de vacă, 10 g unt, 1 gălbenuş, 5 g griş, 30 g smîntînă, 15 g zahăr, zahăr pudră.**

Se spală merele, se şterg, se taie cîte un căpăcel şi se scobesc scoțînd sîmburii şi căsuța. Se scoate din miez în aşa fel ca mărul să capete forma unei ceşcuțe. Se trece brînza prin sită, se amestecă cu gălbenuşul, grişul, stafidele, zahărul, untul topit şi jumătate din miezul de mere scobit, tocat foarte mărunt. Cu această pastă se umplu merele şi se coc la cuptor. Se servesc cu smîntînă şi zahăr pudră.

## 850 Gogoşi din griş cu mere şi stafide

**60 g griş, 20 g stafide, 30 g mere, 100 g lapte, ½ ou, 10 g zahăr, 30 g unt, zahăr pudră.**

Se fierbe grişul cu laptele şi zahărul, se lasă puțin să se răcească, se adaugă oul, merele curățate şi tăiate cuburi foarte mici, stafidele spălate şi se amestecă totul bine.

Din această compoziție se ia cîte o lingură plină şi se pune la prăjit în tigaie, cu unt fierbinte, întorcînd gogoşile pe amîndouă părțile. Se presară cu zahăr pudră.



# Cîteva liste de bucate

## *IANUARIE*

Supă de carne de vacă cu găluşte de griş
Rasol cu sos de roşii
Compot de mere

*

Colţunaşi cu brînză de vacă
Şniţel cu cartofi prăjiţi şi murături

*

Ciorbă de peşte
Şalău cu maioneză
Ştrudel cu nuci

*

Supă de găină cu tăiţei
Rasol de găină cu sos de hrean şi smîntînă
Griş cu lapte

*

Supă de fasole boabe (cremă)
Ardei umpluţi cu orez
Baclava turcească

*

Borş de carne de vacă
Pîrjoale moldoveneşti cu pire de cartofi şi salată de sfeclă
Ruladă cu marmeladă sau dulceaţă

*

Macaroane cu brînză sau parmezan
Biftec rusesc
Cremă de zahăr ars

Praz cu măsline
Tocană de carne de porc
Orez cu lapte

*

Borş cu perişoare
Musaca de cartofi
Jeleu de vin

*

Salată orientală
Chiftele marinate
Papanaşi cu brînză de vacă şi smîntînă

*

Supă de carne de vacă cu tăiţei
Limbă cu măsline
Plăcintă cu mere

*

Fasole boabe bătută
Blinele de cartofi
Compot de gutui

*

Mămăliguţă la cuptor
Cîrnaţi cu pire de cartofi şi murături
Griş cu lapte

*

Ciorbă de potroace
Ciulama de găină
Clătite cu dulceaţă de vişine

# FEBRUARIE

Budincă de cartofi cu brînză
Tocană de carne de porc
Gogoşi cu marmeladă

*

Sufleu de parmezan
Sarmale cu varză acră
Compot de mere

*

Borş de crap
Plachie de crap
Plăcintă cu brînză de vacă

*

Salată de bœuf
Castraveți cu carne de porc
Prăjitură cu mere întregi

*

Supă de mazăre uscată (cremă) cu pîine prăjită
Chifteluțe de cartofi cu murături
Ştrudel cu nuci

*

Borş cu perişoare
Praz umplut cu carne
Gogoşi

*

Sote de morcovi cu friganele
Rață cu varză acră
Tort de nuci

Supă de sfeclă
Bigus
Minciuni

*

Budincă de creier
Iepure cu măsline
Compot de mere

*

Budincă de clătite cu brînză
Friptură înăbuşită
Prăjitură cu griş

*

Salată orientală
Ciulama de găină
Savarină

*

Borş cu perişoare de peşte
Crap părjit cu varză călită
Jeleu de vin

*

Mazăre cu unt şi cu crochete de griş
Friptură de iepure
Sufleu cu lapte

*

Supă de carne cu orez şi smîntînă
Şnițel de vițel cu pire de cartofi
Budincă de orez cu stafide

# MARTIE

Mămăliguță la cuptor
Ruladă de carne tocată umplută cu orez
Compot de gutui

*

Borş din carne de vițel
Friptură de vițel la tavă cu cartofi ungureşti
Ruladă cu frişcă

*

Supă de linte
Crap pe orez
Găluşti cu marmeladă

*

Papanaşi fierți
Limbă în sos de smîntînă
Prăjitură cu griş

*

Colțunaşi cu brînză
Ficat prăjit cu pire de cartofi şi murături
Tort uşor şi ieftin

*

Supă de mazăre uscată cu smîntînă
Creier pane cu morcovi cu unt
Budincă cu brînză de vacă

*

Rinichi cu smîntînă
Cîrnați cu varză călită
Clătite

Borş cu perişoare de peşte
Plachie de crap
Orez cu lapte

*

Fasole boabe cu maioneză
Pîrjoale moldoveneşti cu sfeclă cu unt şi smîntînă
Ştrudel cu mere

*

Supă de chimen
Pilaf de praz
Pătrate cu cremă

*

Mîncare de țelină
Chiftele marinate
Papanaşi cu brînză de vacă

*

Supă de morcovi
Ruladă de iarnă cu salată de varză roşie
Compot de mere

*

Borş de găină
Ciulama de găină
Melci

*

Supă de mazăre (cremă)
Chiftelute de cartofi umplute cu varză acră
Baclava

## *APRILIE*

Ouă umplute cu brînză
Miel cu spanac
Tăiţei cu nuci

*

Budincă de cartofi cu brînză
Drob de miel cu salată verde
Prăjitură cu mere rase

*

Ciorbă de salată
Plăcintă cu carne
Prăjitură viscol

*

Borş de miel
Sufleu de spanac cu şuncă
Ruladă de nuci

*

Vinegretă
Ciulama de ciuperci cu mămăliguţă
Ştrudel cu dovleac

*

Supă de spanac (cremă)
Miel cu smîntînă şi mămăliguţă
Savarină

*

Bulion cu pateuri de carne
Biftec rusesc
Sufleu cu smîntînă

Ruladă de cartofi cu legume
Stufat de miel
Ruladă cu frişcă

*

Sufleu de parmezan
Şniţel de carne tocată cu cartofi pai şi salată verde
Şarlotă la iuţeală

*

Colţunaşi cu brînză de vacă
Uger pane cu morcovi cu unt
Brioşi

*

Papanaşi fierţi
Pilaf bulgăresc (cu măruntaie de miel)
Compot de mere

*

Borş cu perişoare de peşte
Ştiucă umplută la cuptor cu sos de muştar
Plăcintă de mere

*

Budincă de clătite cu spanac
Pulpă de porc la tavă cu salată verde
Papanaşi cu brînză şi smîntînă

*

Miel cu ciuperci
Şniţel de miel cu pire de cartofi
Tort de gutui

Borş de miel
Miel cu tarhon
Prăjitură rulată

*

Budincă de clătite cu brînză
Rizoto de rinichi
Gogoşi pripite (fără drojdie)

*

Ciuperci pe friganele
Gulaş de inimă
Ruladă cu frişcă

*

Chifle umplute
Miel cu sos de iaurt
Budincă de nuci

*

Ciorbă pescărească
Plachie de crap
Cartofi

*

Omletă cu brînză
Miel pane cu pire de spanac
Prăjitură de Strasburg

*

Supă de carne de găină cu brînză
Mîncare de găină cu mazăre verde
Compot de cireşe

Sufleu de spanac
Creier pane cu cartofi prăjiţi şi salată verde
Căpşuni

*

Macaroane cu brînză şi sos de roşii
Mazăre cu carne de porc
Cireşe

*

Borş de viţel
Colţunaşi umpluţi cu carne crudă
Choux à la crème

*

Sufleu de mazăre verde
Ficat prăjit cu cartofi prăjiţi şi salată verde
Compot de căpşuni şi cireşe

*

Mazăre păstăi cu unt
Ştiucă umplută fiartă
Plăcinţele cu marmeladă

*

Plăcintă cu carne
Miel cu tarhon
Melci

*

Borş de miel
Friptură de miel cu salată de castraveţi
Trandafiri

Borş cu fasole
Budincă de creier
Colţunaşi cu vişine

*

Borş de pui
Pui pane cu legume asortate
Prăjitură de vişine

*

Supă de spanac (cremă)
Budincă de carne
Griş cu fructe în formă de şarlotă

*

Dovlecei umpluţi cu brînză de vacă
Pui cu mazăre
Compot de vişine

*

Morcovi cu unt şi smîntînă
Pîrjoale moldoveneşti cu pire de cartofi şi salată de castraveţi
Căpşuni cu zahăr

*

Supă de ou
Colţunaşi cu carne fiartă
Compot de caise

*

Ouă umplute cu sos de smîntînă
Anghemaht de pui
Prăjitură cu zmeură

Budincă de macaroane cu brînză
Mîncare de cartofi noi
Compot de vişine

*

Supă de zarzavat cu smîntînă
Mazăre sote cu friganele
Ruladă cu frişcă

*

Dovlecei în floare în ulei
Friptură înăbuşită cu cartofi noi şi salată de castraveţi
Caise

*

Supă de salată verde
Şniţel de miel cu cartofi noi şi salată verde
Tarte cu fructe

*

Legume în sos de lapte
Pilaf de dovlecei
Compot de vişine

*

Ciorbă cu dovlecei umpluţi
Pui cu bame
Găluşte cu caise

*

Cartofi noi cu smîntînă
Friptură de miel cu mazăre în unt
Chec cu vişine

Supă de carne cu găluşte de griş
Mazăre cu carne de vacă
Compot de vişine

*

Ciorbă rusească
Musaca de vinete
Îngheţată de caise

*

Fasole verde cu unt şi pesmet
Ardei umpluţi cu carne
Caise

*

Pilaf de dovlecei
Pui cu bame
Compot de piersici

*

Salată de vinete cu ardei copţi
Roşii umplute cu orez
Ruladă cu frişcă

*

Cupe de parizer umplute cu legume
Musaca cu dovlecei
Papanaşi cu brînză şi smîntînă

*

Fasole verde cu omletă
Ciulama de ciuperci cu mămăligută
Găluşte cu caise

Supă de conopidă
Şniţel de viţel cu mazăre cu unt
Piersici

*

Dovlecei umpluţi cu brînză de vacă
Boboc de raţă pe varză
Îngheţată de fragi

*

Sufleu de spanac
Pui cu smîntînă
Jeleu de coacăze

*

Supă de fasole verde
Roşii umplute cu carne
Compot de fructe asortate

*

Supă de roşii
Şniţel de viţel cu cartofi noi prăjiţi
Tarte cu caise

*

Dovlecei prăjiţi cu smîntînă Pui cu roşii
Prăjitură cu vişine

*

Supă de roşii cu orez
Ghiveci cu carne
Caise

Supă de carne cu zdrențe
Ghiveci cu carne de vacă
Compot de piersici

*

Fasole verde cu ouă şi brînză
Pui cu tarhon
Melanj de fructe proaspete

*

Conopidă cu unt şi pesmet
Mîncare de cartofi noi
Prăjitură cu diferite fructe

*

Ardei graşi umpluți cu vinete
Sarmale cu foi de viță
Îngheţată de vanilie

*

Supă de roşii
Budincă de peşte
Fructe

*

Morcovi cu unt şi crochete de grîş
Ardei umpluți cu carne
Pepene galben

*

Dovlecei prăjiți în ulei
Pui la tavă cu cartofi prăjiți şi salată de castraveți
Tarte cu fructe

Fasole verde cu smîntînă
Uger pane cu pire de cartofi şi salată de ardei copți
Spumă de mere

*

Supă de spanac (cremă)
Pui cu vinete
Găluşte de prune

*

Borş cu fasole verde
Budincă de cartofi cu brînză şi salată verde
Îngheţată de lămîie

*

Supă de conopidă
Musaca de vinete
Pepene galben

*

Mazăre pregătită țărăneşte
Dovlecei umpluți cu orez
Pepene verde

*

Ciorbă rusească cu carne de vacă
Budincă de cartofi cu carne şi salată de roşii
Prăjitură cu prune

*

Roşii umplute cu vinete
Pui înăbuşit cu fasole grasă cu unt
Pepene galben umplut

Supă de porumb verde
Mîncare de vinete preparată rusește
Budincă de smîntînă

*

Mămăliguță la cuptor
Fasole verde cu carne
Struguri

*

Supă de roșii
Mîncare de dovlecei cu cartofi
Pepene galben

*

Sufleu de fasole verde
Creier pane cu mrocovi cu unt
Coșuleț cu fructe

*

Ciorbă de pește cu zeamă de varză
Mîncare de somn cu roșii
Pepene

*

Borș cu perișoare
Roșii umplute cu carne
Melanj de fructe proaspete

*

Legume asortate cu unt
Boboc de rață pe varză
Tarte cu struguri

Supă de găină cu tăiței
Găină cu bame
Compot de mere, pere și prune

*

Borș de berbec
Pulpă de berbec la tavă cu varză călită
Struguri

*

Roșii umplute cu brînză
Dovlecei umpluți cu orez
Mazurcă

*

Fasole verde cu smîntînă
Musaca de vinete cu carne
Plăcintă cu mere

*

Ciorbă rusească fără carne
Vinete preparate grecește
Pepene

*

Ardei grași umpluți cu brînză
Șnițel de porc cu pire de cartofi și salată de ardei copți
Prăjitură cu mere întregi

*

Sufleu de dovlecei
Pui la tavă cu salată de roșii și castraveți
Înghețată de ciocolată

Vinete înăbuşite în smîntînă
Sărmăluţe de carne cu varză dulce
Struguri

*

Supă de conopidă
Mîncare de ridichi
Prăjitură de prune

*

Salată de vinete cu ardei copţi
Pilaf de ciuperci
Clătite cu marmeladă sau dulceaţă

*

Supă de roşii
Ardei umpluţi cu carne
Compot de gutui

*

Fasole verde cu unt
Cartofi prăjiţi cu salată de varză roşie
Găluşte cu prune

*

Chifle umplute
Chiftele marinate
Struguri

*

Borş de găină
Găină cu gutui
Griş cu lapte

Budincă de cartofi cu brînză
Anghemaht de găină
Tarte cu struguri

*

Varză de Bruxelles cu unt
Pîrjoale moldoveneşti cu cartofi prăjiţi
Compot de mere

*

Pire de spanac cu ochiuri
Mîncare de cartofi
Ştrudel cu mere

*

Borş de berbec
Varză acră cu carne de berbec
Struguri

*

Chifteluţe de cartofi cu brînză
Ghiveci de post
Prăjitură cu mere întregi

*

Ouă umplute cu sos de smîntînă
Mîncare de pui cu vinete
Plăcintă cu poale-n brîu

*

Supă de găină cu găluşte de griş
Rasol de găină cu sos de hrean şi smîntînă
Gogoşi umplute cu dulceaţă

Borş cu perişoare
Tocană de carne de vacă
Prăjitură cu griş

*

Budincă de brînză de vacă
Limbă cu măsline
Prăjitură turcească (ţiş-piş-tiri)

*

Vinegretă
Friptură înăbuşită cu cartofi şi salată de varză albă
Compot de mere

*

Supă (cremă) de cartofi cu pîine prăjită
Tocană de berbec
Figaro

*

Borş de fasole boabe
Praz cu măsline
Compot de gutui

*

Sufleu de conopidă
Şniţel de carne de porc cu morcovi cu unt
Şarlotă de cafea

*

Ciorbă din măruntaie de gîscă
Gîscă pe varză
Figaro

Pastă de ficat copt
Macaroane cu brînză sau parmezan
Savarină

*

Budincă de clătite cu brînză
Ruladă de carne cu sfeclă înăbuşită în smîntînă
Compot de mere

*

Cornete de parizer umpute
Iahnie de fasole cu murături
Sufleu de mere

*

Pastă de heringi cu mere
Colţunaşi cu carne
Choux à la crème

*

Supă de linte
Chifteluţe de heringi
Ştrudel cu dovleac

*

Budincă de creier
Pilaf de găină
Cartofi

*

Salată de bœuf
Curcan cu gutui
Mazurcă în formă de romb

# DECEMBRIE

Borş cu perişoare
Musaca de cartofi cu carne
Compot de gutui

*

Chifteluţe de cartofi cu sos de ceapă
Gulaş de inimă
Uscăţele

*

Supă de mazăre uscată (cremă) cu pîine prăjită
Rizoto cu rinichi
Ştrudel cu mere

*

Creier în aluat
Praz cu măsline
Compot de mere

*

Salată orientală
Pîrjoale moldoveneşti cu morcovi cu unt
Tăiţei cu nuci

*

Piftie de porc
Friptură de porc cu cartofi prăjiţi şi murături
Budincă de griş cu sos de vin

*

Borş de carne
Sarmale cu varză acră
Ştrudel cu brînză de vacă

Mămăliguţă la cuptor
Limbă cu măsline
Prăjitură cu nuci şi marmeladă

*

Salată de creier
Ficat prăjit cu cartofi ungureşti
Budincă de orez cu vin

*

Fasole bătută cu murături
Chifteluţe de heringi
Ştrudel cu dovleac

*

Budincă de cartofi cu brînză
Cîrnaţi fripţi cu varză călită
Chec economic

*

Supă de linte
Ştiucă umplută la cuptor
Găluşti cu marmeladă

*

Salată de fasole boabe
Ruladă de carne umplută cu orez
Clătite cu brînză de vaci

*

Pateu de ficat de pasăre
Curcan cu gutui
Mazurcă în formă de romb

# Cîteva rețete dietetice

## *Pentru bolnavii de diabet*



## *Pentru supraalimentare*



## *Pentru bolnavii de gastrită hipoacidă*

## *Pentru bolnavii de enterite şi colite cronice cu diaree*



## *Pentru hepatici*



## *Pentru bolnavii cardiaci*

# *INDICE ALFABETIC*

## C

## D

## I



## Î



## J



## L



## M

**N**



**O**

## P

## R



## S

## Ş



## T

## Ţ



## U



## V



## Z